
كتابى
لماذا أنت عصبى ؟
Looloo
www.dvd4arab.com
الناشر
المؤسسة العربية الحديثة
للطبع والنشر والتوزيع


NERVOUSNESS
ITS CAUSES
PREVENTION,
AND CURE
لماذا أنتَ عصبىّ؟
الكتاب الذى يحلل لك الانفعالات العصبية .
وأسرارها .. ويرشدك إلى خير السبل لعلاجها
تلخيص :

عزيزى القارىء :

كم من مرة حاولت أن تنهض من فراشك — فى الصباح — فاذا بك تشعر باطرافك ثقيلة ، وبجسمك يأبى ان يطيعك ، وبانك مريض .. حتى إذا فات موعد ذهابك إلى عملك ، واطمأننت إلى أن لا سبيل للذهاب فى ذلك الصباح ، إذا بك تشعر بأن النشاط قد عاد يدب فيك .. وإذا بك تفاجأ بانك ضجرت من عملك ، وأصبحت تكرهه ..

وكم من مرة دعيت إلى حفلة فترددت ، وانتهى بك الأمر إلى عدم الذهاب ، لشعورك بأنك ستحرج بين الموجودين ، وبانك لن تستطيع ان تجاريهم ..

وكم من مرة اضعت على نفسك فرصة المساومة — فى عمل — لانك خجلت من ان تتكلم بحرية ، وتملى شروطك ورغباتك ..

هذه بعض أعراض « العصبية » .. وهناك أعراض أخرى عديدة تصادفك ، او تصادف من حولك ، فى الحياة العادية ..

فلماذا انت عصبى ؟.. ولماذا يكون اى شخص عصبيا ؟

إن العصبية هى الداء المستشرى فى المجتمع المتمدين .. بل اكاد اقول إنها من الظواهر التى تصحب التمدين ، وتصحب الحياة الصاخبة ، الحافلة بالتنافس وبالضجيج ، التى نحياها اليوم ..

لذلك رأيت أن اقدم لك الكتاب المنشور على الصفحات التالية ، لتعرف أسباب « العصبية » وعلاجها ..

هذه الاضطرابات .. ما سرها ؟

لا تعتبر العصبية — فى عرف الطب — مرضا ، ولكنها مرتبطة فى الغالب بضعف البنية وبأمراض عضوية أخرى .. على أن الإنسان كثيرا ما يصاب بالعصبية ، دون أن يكون بالجسم ضعف ما ، وفى هذه الحالة ، يمكن أن تسمى « بالعصبية النفسية » . وفى بعض الحالات ، تعمل العوامل النفسية والجسمية جنبا إلى جنب .

واعراض مثل هذا الاضطراب ليست غريبة عنا جميعا . فمهما تكن قوة أعصابنا ، إلا اننا لا بد قد رأينا غيرنا — على الأقل — ممن أصيبوا بمثل هذه الاضطرابات النفسية . ومن هذه الاعراض : الحساسية ، والخجل ، والنفور من الناس ، والتردد ، وعدم القدرة على البت ، والضجر ، والأرق ، والارتجاف ، والخفقان ، والشعور بالاختناق ، ونوبات الربو ، والعرق المستمر ، والعرق اثناء النوم ، وجفاف الفم ، وسوء الهضم المزمن ، والاسهال ، وكثرة التبول .. وكثير من الاعراض الأخرى التى تدل دلالة واضحة على اضطراب الجهاز العصبى .

والاضطراب — عند الظهور على المسرح لاول مرة ، او عند تأدية الامتحانات — من مظاهر العصبية الشديدة . كما ان تضخم الغدة الدرقية يصاحب الأعراض العصبية المذكورة مجتمعة . وقد ثار الجدل حول ما إذا كانت شدة نشاط الغدة الدرقية هى التى تؤدى إلى الإصابة بالعصبية ونوبات القلق ، او ان العصبية والقلق هما اللذان يؤديان إلى

تضخم الغدة الدرقية ، والمعروف ان الإنسان يصاب بتضخم الغدة الدرقية عقب التعرض للفزع الشديد . وقد كثرت الإصابة بهذا المرض فى أعقاب الغارات الجوية التى كانت تلقى فيها القنابل ، فى الحرب الماضية .

ويصاب بعض العصبيين بنوبات الإغماء والغيبوبة ، أو ببعض الاضطراب العقلى ، او بضعف التفكير ، أو الدوار وبعض الاعراض الاخرى . وكثيرا ما تسيطر على المريض مخاوف لا اساس لها ، كالتوجس من قرب وقوع الكوارث . وربما تحدث فى بعض الاحيان نوبات تشبه نوبات الصرع ولكنها ليست من الصرع فى شىء . وترجع مثل هذه الحالات إلى ان شدة انفعالات المرء تؤدى إلى اضطراب الدورة الدموية عن طريق المخ .

اعراض تغرر بالاطباء

والواقع ان الذى يعانى العصبية قلما يشكو من أى مرض عضوى خطير ، مثل امراض القلب الخطرة أو الأمراض العقلية . وهو لذلك لا يجد نفسه فى حاجة إلى التعاطف او المشاركة الوجدانية مع الاقارب أو الجيرة . ولكن الذى يحدث، ان « العصبية » غالبا ما تؤثر فى وظائف الجسم العضوية ، حتى يختلط الامر على الطبيب الماهر ، فلا يستطيع التفرقة بين القىء أو سوء الهضم الناشىء عن أسباب عضوية بحتة ، وما يشبههما من الاعراض الناشئة عن القلق العصبى . فاذا جربت أنواع العلاج المعتاد ولم تات بالفائدة المرجوة ، كان

معنى ذلك ان الاضطرابات العضوية ترجع إلى القلق او الأزمات العصبية .

ويصاب كثير من العصبيين بالهزال كما يصابون بسرعة النبض وغزارة العرق ، مما قد يوحى للطبيب بان هذه اعراض مبادىء السل الرئوى .. لذلك فمما يساعد على دقة التشخيص ، وجوب الرجوع إلى تاريخ العائلة ، إلى جانب الفحص الطبى الدقيق للرئتين والصدر .

وغالبا ما تظهر على العصبى جميع اعراض مركبات الشعور بالنقص ، ولوم الذات ، وعدم الرضا عن النفس ، وميل المريض إلى الشعور بانه عديم النفع ، ودوام توقع ارتكاب الأخطاء والهفوات . كما انه يتعرض عادة للاضطرابات الانفعالية ، ويسيطر عليه الشعور بانه مضطهد .. ومن ثم فهو يخشى الاشتراك فى المباريات الرياضية او النشاط البدنى، ويتجنب الدخول فى المنافسات ايا كان نوعها ، خشية ان يمنى بهزيمة ، كذلك لا يحب العصبيون التعرض لبعض الاعمال التى تحتاج لدرجة معينة من الثقة بالنفس ، كما ينقصهم الاستعداد للقيام بالمشروعات التجارية ، او الاعمال ذات المسئولية . وكثيرا ما يرفض العصبى الحصول على ترقية ترفعه فى عمله ، برغم ما يترتب عليها من المنافع المادية ، تهربا من عواقب ازدياد مسئولياته .

وبعد .. فلنضع أمراضنا الجسمية والنفسية تحت الفحص الدقيق ، لنتمكن من الوصول إلى أصل الداء ، وبالتالى إلى العلاج .

ضريبة الشهرة تدفعها الأعصاب

لا شك فى أن العصبية — فى الأصل — مرض نفسانى يتعلق بالانفعالات ، مع أن هناك جملة عوامل عضوية تؤدى إلى الشعور بأعراضه .

وهناك — بطبيعة الحال — نوع من العصبية مألوف وطبيعى ، كالذى يصيب الممثلة الشهيرة ، فى الليلة التى تقدم فيها دورا جديدا على المسرح . فاذ ذاك يزداد اضطرابها عما يكون عليه فى الظروف العادية ، لأن العامل الذى استجد (ويتمثل فى محاولة تادية الدور الجديد على أحسن وجه) يزيد من توتر الأعصاب .. والواقع أن اللامعين — رجالا ونساء — يدفعون ثمن ما يصيب أعصابهم من اجهاد ، حينما يلقى على عواتقهم ما يفوق طاقتهم من أعباء . وكثيرا ما يؤدى الاضطراب الشديد — الذى يسبق القيام بمواجهة الجماهير — إلى الإعياء الذى يستدعى المبادرة إلى العلاج .

ولكن ما الداعى إلى العصبية الحادة التى لا تتناسب مع الأسباب التى دعت إليها ؟.. وكذلك المخاوف العصبية التى تنتاب الشخص ، ولو لم يواجه أحدا على الاطلاق ؟.. ما سبب تلك العصبية التى تعقل اللسان فى وقت هو أحوج ما يكون فيه إلى الطلاقة ، كما هى الحال فى مقابلة المرء لمن هو أعلى منه مرتبة ، لا سيما إذا كانت المقابلة لعمل أو لطلب مكافأة ؟

أعراض جسدية تؤثر على الأعصاب

وأول ما يجب أن يفعله الإنسان — فى أحوال كهذه — هو أن يفحص الحالة الجسمية فحصا شاملا ، فان بعض العوامل

العضوية قد تثير الجهاز العصبى ، وتؤدى إلى الاضطراب . وهذه العوامل العضوية لا تخرج عن :

أولا : اضطراب الجهاز العصبى بتأثير الوراثة ، أو اختلال الدورة الدموية ، أو التغيرات التى تحدث أثناء البلوغ .. أو فى سن اليأس عند السيدات .

ثانيا : ضعف الصحة عامة ، والجهاز العصبى خاصة ، نتيجة العادات المعيشية الخاطئة .

ثالثا : الالتهابات الناشئة عن المعدة أو الأمعاء .

رابعا : التسمم الذى يؤثر فى الدم والأعصاب .

خامسا : اتخاذ أوضاع جسدية سيئة ، وعدم اعتدال القامة .

سادسا : فقر الدم الذى يهدد سلامة الأعصاب .

وعلينا الا نوجه اهتماما كبيرا إلى عامل الوراثة .. فقد أثبتت الدراسات أن فى وسع المرء أن يكتسب عادة التحكم فى المشاعر وضبط النفس ، بحيث يقوى على ما يكون قد ورثه عن والديه من إرهاف وحساسية .. وإذا ضعفت البنية ، فان الإنسان يصبح أكثر استعدادا للإصابة بالعصبية . ومرضى « النورستنيا » والهستيريا — وغيرهم ممن يعانون ضعف الأعصاب — معرضون للإصابة بالعصبية والقلق .. على النقيض من صاحب الجسم السليم ، لا سيما إذا كان مواظبا على ممارسة الرياضة ، فان أعصابه تقوى من الغذاء ما يحول دون الإصابة بالعصبية أو التخوف

كذلك قد يؤدى تهيج المعدة والأمعاء إلى الإصابة بالعصبية، لا سيما إذا أصيبت المعدة بالحموضة الشديدة ، والأمعاء بالتلبك ، ولو كان المريض مواظبا على استعمال المسهلات لعدة سنين . ولكن الأفضل اتباع نظام غذائى يتضمن الصيام لفترات قصيرة ــ بقصد تنظيف القناة الهضمية ــ ثم الاقتصار على غذاء خفيف ، ثم غسل القولون . فبهذه الطريقة يمكن القضاء على تهيج المعدة والأمعاء .. ذلك لأن حموضة المعدة تهيج مئات الشعيرات العصبية التى فى جدرانها ، فترسل بدورها إلى المخ ــ عن طريق الأعصاب ــ إشارات مهيجة ، تتمثل فى الآلام المبرحة التى يعانيها المريض .

وعدم التزام الأوضاع السليمة ، يتعب القامة ، ويؤدى إلى انحراف فقرات العمود الفقرى بحيث تضغط على الأعصاب بدرجة قد تهيجها .. أو يؤدى إلى ميل بعض الأعضاء أو تغير أوضاعها ــ كالمعدة والأمعاء والكلى والرحم ــ مما يؤدى إلى اجهاد الأربطة العصبية ..

كذلك قد تتهيج الأعصاب نتيجة ترسب وازدياد السموم الناشئة عن تكاثر الأحماض فى الجسم ــ مثل احماض البول ، والأوجزاليك ، والبوتيريك ، وما إليها ــ بسرعة تفوق سرعة أعضاء الاخراج فى التخلص منها ، مما يؤدى إلى تشبع الدم بها ، وإلى ترسبها فى أنسجة الجسم .

والذى يشكو فقر الدم ، لا يشعر بمزايا الأعصاب السليمة . إذ يؤدى فقر الدم إلى خمول الجهاز العصبى .. على أن من الممكن شفاء كثير من حالات العصبية ــ التى ترجع إلى مجرد فقر الدم ــ بالعمل على الرجوع بالهيموجلوبين إلى حالته الطبيعية فى الدم ، وبزيادة عدد كريات الدم الحمراء .

وهكذا نجد أن الخطوة الأولى للتغلب على الأمراض العصبية ، هى البحث أولا عما إذا كان ثمة دواع بدنية أو عضوية تؤدى إليها ..

تأثير الأحوال الذهنية والعاطفية

والعوامل النفسية المهيئة للعصبية كثيرة ومتباينة . وهى تشمل :

أولا : الإفراط فى بذل المجهودات العقلية والعصبية .

ثانيا : الشعور بالنقص بدرجة تؤدى إلى ظهور عوامل مثل الشعور بالخوف من السخرية أو النقد .

ثالثا : المبالغة فى محاسبة الذات ، وتوبيخ النفس ، والشعور بالذنب .

رابعا : الرتابة والتكرار ، مما يعجل باجهاد المراكز العصبية المستخدمة فى العمل ، وإلى كراهية العمل ذاته .

خامسا : الحاجة إلى فلسفة للحياة تتسم بالهدوء والاتزان والروح الاجتماعية .

سادسا : الإصابة بالعصاب الذى يؤدى بالمرء إلى التهرب من الواجبات الاجتماعية والمسئوليات .

ولكننا نشك فى أن مجرد الاجهاد يؤدى إلى الإصابة بالعصبية ، فليس العمل الشاق هو الذى يتسبب من

استعداد الجهاز العصبى لتحمل اعباء الحياة .. إنما يرجع الاجهاد إلى اسراف المرء فى ارهاق ذهنه وجسده ، لا سيما فى أيامنا هذه ، التى أصبح فيها للصيت والنفوذ الشخصى الاعتبار الأول ، مما يزين لكثير من الناس بذل مجهودات — عقلية وبدنية — تفوق طاقتهم ، فى سبيل الشهرة والمال .. ولا جدال فى أن العمل الشاق مفيد للعقل ، ولكن العصبية التى قد تنشأ عنه ، إنما ترجع — فى الواقع — إلى استغلال العقل باسلوب خاطىء . ومن شأن العمل المجهد أن يؤدى إلى إثارة الجهاز العصبى ، فيتوتر ، ويظهر توتره على شكل ثورة وحدة فى الطبع وكراهية للمجتمعات ، واختلاجات عصبية ، وغير ذلك .

وظاهر أن العلاج لا يتمثل فى الإقلال من العمل بقدر ما هو فى الاقلال من التوتر الذى يصاحبه .

الثقة بالنفس والإيمان بمبادىء ثابتة

والشعور بالنقص يؤدى إلى العصبية ، لا سيما إذا كان هذا الشعور متعلقا بالمركز الاجتماعى ، أو بالمستوى العلمى والثقافى ، أو بالمظهر والملبس .. وقد يضاعف من سوء الحال أن يجهد المرء نفسه ليبدو أحسن مما هو . كذلك يلاحظ أن المرء يصبح فى خوف من السخرية أو النقد ، إذا هو فقد ثقته بنفسه . ولكى يتجنب ما يجرح كبرياءه أو تقديره لنفسه ، فانه يبدأ فى ابتكار حيل — تتسم بالاضطراب العصبى — لتجنب اية ملاحظات غير مستحبة .

ويداب الشخص الانطوائى على محاسبة نفسه ، وتتجه طاقته الحيوية — عادة — إلى مشاعره الداخلية ، على العكس من الشخص الانبساطى ، الذى تتركز طاقته الحيوية فى اهتمامه بالأمور الخارجية .. ولا بأس هناك فى أن يحاسب الإنسان نفسه من حين لآخر ، ولكن المحاسبة إذا أصبحت عادة يومية مستمرة ، واتسمت بالمبالغة ، فانها تؤدى إلى تأكيد نقط الضعف فى الإنسان ، وتخلق فيه الشعور بالنقص .

ومن الظواهر الملموسة ، أن العمل الآلى الرتيب ، يؤدى بالمرء إلى الملل وإلى الاجهاد السريع .. ذلك لأن مثل هذا العمل لا يشغل سوى شطر بسيط من الجهاز العصبى — لا يلبث أن يصيبه الارهاق — بينما يبقى الشطر الأكبر من هذا الجهاز معطلا فيعتل .

وكثير من العصبيين لا يدينون بفلسفة ما ، ولا يعتنقون مبادىء أساسية ثابتة ، مما يجعل عقولهم مذبذبة بين الآراء ، حائرة إزاء كل فكرة جديدة .. وهذه حال تتفاقم فى عصر كعصرنا الحالى ، يتسم بسرعة التغير والتبدل .

العامل الجنسى فى العصبية

وهناك حقيقة مسلم بها ، وهى أن شطرا كبيرا من مرض العصبية — الواسع الانتشار — يرجع إلى سوء توافق العامل الجنسى مع الطبيعة البشرية . فان سوء التصرف فى الامور الجنسية يؤدى إلى نشوء « عقدة الاثم » فيشعر المذنب بأنه قد ارتكب ما يخالف الآداب العامة أو العرف ، فيساوره

شعور غريزى بأنه كان أنانيا مفرطا فى استغلاله لهذه القوى. وهذا يؤدى بدوره إلى الشعور بالضعة ، مما يدعو إلى أن يصبح عصبيا . والعلاج الصحيح لهذه الحالة ، هو أن يتعلم المريض كيف يتحكم فى الغريزة الجنسية .

وقد اعتاد الشبان القول بأنهم يشعرون بالعصبية حينما يكونون مجتمعين بالشابات ، وهنا يمكن أن تكون العصبية راجعة إلى الشعور بالنقص ، نتيجة للانغماس الجنسى الشائن ، أو لأن الشبان — حينما يكونون بصحبة الشابات — يتركون للعقل الباطن الفرصة للتفكير فى إيجاد علاقات آثمة مع الجنس الآخر . وهذا التفكير اللاشعورى ، هو الذى يؤدى إلى الشعور غير الطبيعى بالتعب والعصبية . وعلاج هذا النوع من الشبان يكون بألا ينظروا إلى الشابات على أنهن وسائل لإشباع الغريزة الجنسية ، وإنما على أنهن بشر مثلهم .

ولقد تضاءل الآن الخجل من المسائل الجنسية ، نظرا لانتشار الأبحاث القيمة ، التى تتضمن الآراء العلمية الدقيقة عن الجنس. ولكننا لا نزال — مع ذلك — نجد ضحايا للمعتقدات القديمة التى تقضى بكبت الغريزة الجنسية ، والناجمة عن الآراء الخاطئة التى يغرسها الآباء فى عقول الأطفال .. وعلاج مثل هذه الحالات من الخجل ، وكذلك الوجدانية العصبية الناجمة عنها عند ما يختلط الفرد بآخرين ، هو البعد بالعقل عن التفكير فى الحب والجنس على أنهما من التصرفات المشينة ، والنظر إلى الجنس نظرة سليمة ، وممارسة الرياضة البدنية والألعاب التى تجمع بين الجنسين .

ومن العصبيين من يصابون بهذا الداء نتيجة تجربة مؤلمة ، كالخيبة فى الحب ، أو التعرض للصد .. وهنا تنشأ العصبية عن الخوف من التعرض لمثل التجربة السابقة ، بما فيها من إذلال . على أن هذا الخوف يتلاشى إذا ما سيطر المرء على نفسه — فى أية علاقة جديدة — بحيث يغلب الحكمة والصداقة على النزق والطيش .. وبوجه عام ، ترجع عصبية الحب بين الشباب — من الجنسين — إلى طبيعة التوتر الجنسى بين فترة البلوغ ، والوقت الذى يتسنى فيه للمرء الزواج .

وهناك نوع من العصبية ينشأ بين الزوجين كذلك ، حين تثار الغريزة الجنسية لدى الزوجة ، دون أن يستطيع الزوج إشباعها . فإذ ذاك تهتاج أعصاب الزوجة وتتمرد .. ومن ناحية أخرى ، قد تؤدى صعوبة التكيف مع الحرمان الجنسى إلى إصابة الأرامل أو المطلقين — من الجنسين — بالقلق العصبى ..

التسامى والإشباع والحرمان

وظاهر أن شطرا كبيرا من العصبية يمكن أن يرجع إلى عدم الإشباع الجنسى .. وقد ذهب فرويد إلى أبعد الحدود ، حين قال : « إذا كانت الحياة الجنسية تسير فى مجراها الطبيعى ، اختفى العصاب » . ومن المحتمل أن يكون فى هذا القول شيء من المبالغة ، ولكنه يتضمن — فى الوقت نفسه — جانبا كبيرا من الصدق .

ويستطيع الشاب الأعزب أن يقلل من حدة العصبية — إلى حد كبير — إذا استعان بوسائل التحكم الذاتى فى الغريزة

الجنسية ، بان يتجنب العوامل التى تساعد على إثارة الغرائز ، كتعاطى الكحول والافراط فى تناول اللحوم الحمراء والبيض . ويمكن البعد بالدم والجسم بوجه عام عن المهيجات وذلك بالاكثار من تناول الأطعمة القوية ، كالخضروات والسلطات والفاكهة . كما يجب الا تكون ملابس النوم ثقيلة ، مع تجنب الحشيات والوسائد المحشوة بالريش .. ويحسن النوم على الجانب الايسر او الايمن ، لان الاستلقاء على الظهر يساعد على رفع درجة حرارة مراكز النخاع الشوكى ، مما يؤدى إلى وقوع الأحلام والاضطرابات الجنسية . وجدير بالمراهق ان يمارس الوانا من النشاط البدنى ، إذ ان طور البلوغ يمتاز بزيادة نشاط القوى الحيوية .. وهذا النشاط خليق بان يتجه اتجاها جنسيا معوجا ، ما لم يستخدم فى ممارسة الرياضة .

وفيما يختص بالانفعالات النفسية ، فانه من الممكن تجنب التوتر الجنسى بتجنب ما يثير الرغبة الجنسية فى الخيال ، مثل الأفلام والقصص الغرامية والأدب المكشوف بوجه عام .

ويمكن التسامى بالدافع الجنسى عن طريق إشباع الانفعالات المماثلة له ، وذلك مثل تعليم الاطفال ، وتفقد المرضى والعناية بهم ، وكذلك بتنمية الميول الفنية ، مثل الرسم والتصوير والموسيقى وما شابهها . كما ان الاهتمام بالدين ، وممارسة الطقوس الدينية ، نوع من التسامى .

وإذا نظر المراهق إلى دوافعه الجنسية على انها قوة خالقة يمكن تبديدها فى غير طائل ، كما يمكن توجيهها وجهة مفيدة ،

فانه خليق بأن يبذل قصارى جهده ليخصص هذه الهبة البناءة للاغراض الاجتماعية النافعة ، بدلا من استخدامها للحصول على مجرد متعة حسية .. فبهذا المسلك يستطيع ان يشعر شعورا عميقا بالرضا التام ، لسيطرته الكاملة على انفعالاته النفسية .

الصداقة والنشاط خير علاج

ويختلف الموقف بالنسبة للعصبيين من المتزوجين ، إذ ان المتاعب ترجع — فى حالتهم — إلى الافراط الذى يؤدى إلى إضعاف الجهاز العصبى ، كما ترجع — من جهة اخرى — إلى خطأ عكسى يتعلق بالجوع الجنسى ، الذى يحدث عندما يؤثر الزوجان الامتناع البات عن الاختلاط الجنسى ، مع اتهما على اتصال مباشر ليل نهار ، مما يؤدى إلى إثارة الغريزة الجنسية لا شعوريا ، دون أن تجد إشباعا طبيعيا . فلا عجب إذا اصيب هؤلاء الناس بالتوتر والعصبية .

ويجب الاستعاضة عن الحرمان الجنسى — بين الأرامل من الجنسين — بإيجاد صداقات جديدة ، من النوع الذى يمتاز بالحيوية والنشاط . واحسن علاج للارق والقلق والعصبية التى تصيب الإنسان — فى هذه الحالات — هو ممارسة أنواع النشاط المفيد ، والبحث عن اسلوب جديد لإشباع العواطف باسداء المساعدات الاجتماعية للاخرين .. ويجب الا نمارس الكبت الضار ، وأن نسعى إلى بعض الوسائل الشعورية للتسامى به عن طريق الإشباع [illegible]

ويرجع القلق والعصبية إلى بعض انواع الميل الجنسى الشاذة ، كعشق الجنس — أو « الجنسية المثلية » — والانحرافات الجنسية الأخرى ، واحسن علاج لهذه الحالات هو الاستعانة بخبرة طبيب نفسانى أو اخصائى اجتماعى ، لينقل العقدة الدفينة المكبوتة من العقل الباطن إلى العقل الواعى .

سياسة التهرب والانزواء

ما من شخص يقر بانه محب للعزلة او يكره الاندماج فى المجتمع ، ما لم يكن مجرما يعمل ضد هذا المجتمع ، او مغرورا يفخر بانه يحتل برجا عاجيا ، ويعتقد أن الناس جميعا دونه منزلة . ولكن الاخصائى النفسانى — الذى اكتسب خبرة بالناس وبالأمراض النفسية — يعرف تمام المعرفة ان العصبى لا يحب الاندماج فى المجتمع ، كما انه تنقصه العقلية الاجتماعية .. وإن كان كثير من العصبيين ينكر هذه الحقيقة إنكارا تاما ، بل انهم يدعون — عادة ، وبوجه عام — انهم راغبون فى الاندماج فى المجتمع والاختلاط بالآخرين ، ولكن عصبيتهم هى التى تحول دون ذلك . وقد يقولون إنهم مارسوا فعلا الحياة فى المجتمعات ، ولكنهم سرعان ما شعروا بالضيق لانهم كانوا يعانون الخجل ، او الجبن والخوف ، او التردد واللعثمة فى الاحاديث ، او القلق العصبى .

على ان الاخصائى النفسانى يدرك ان وراء ذلك كله ، تقوم الانانية الجامدة ، والتركيز حول الذات ، مما يجعل المرء

عاجزا عن الاختلاط بالناس والاخلاص لهم والرضا التام بتحمل المسئوليات الاجتماعية . والذنب فى هذا يرجع إلى الوالدين اللذين لم يعرفا أن محاولات التهرب تبدأ عادة اثناء الطفولة . فالطفلة — مثلا — تثور وتهتاج عندما تقابلها اية عقبة ، وهى تلبس دميتها ثيابها ، مما يجعل أمها تقوم عنها بالعمل لتهدىء من ثورتها وغضبها ، فى حين ان العلاج العملى يتطلب تشجيع الآباء لأطفالهم على القيام بما يريدون بانفسهم ، وذلك بان يتيحوا لهم مشاهدة كل خطوة من خطوات العمل ، ثم يحثوهم على القيام به بانفسهم ، خطوة خطوة ، دون الاستعانة بالوالدين . فبذلك يتحقق الطفل من أن فى وسعه التغلب على كل عقبة بالمران والمحاولة .. وكم من كبار نراهم يسلكون مسلك الأطفال ، حتى اننا لا نتمالك ان نرتاب فى مقدرتهم على القيام بالاعمال التى توكل إليهم ، ما لم يلجأوا إلى التماس معونة الغير .

احداث الطفولة وآثارها فى الكبر

ويمكن أن نفهم السبب فى عصبية كثير من الأطفال ، إذا عرفنا أن الطفل يرمى من وراء هذا العصبية إلى لفت الانظار إليه . ومن أمثال ذلك الاختلاج العصبى للجفون او الحواجب أو زوايا الفم : سيخبرك الطفل انه لا يستطيع التحكم فى هذه الاختلاجات او وقفها ، لأنها تحدث من تلقاء ذاتها ، وعلى الرغم منه . ومن الطبيعى انه ليس فى وسع الوالدين أن يدركا أن هذه الاختلاجات تحدث لا إراديا ،

لاجتذاب انتباه الوالدين أو المدرسين أو الأطفال الآخرين . فهى حيلة من حيل المرض العصبى .

والذى يجب عمله حيال ذلك . هو أن نبصر الطفل بأصل هذه الانفعالات . وما ترمى إليه ، ثم نفهمه أن هناك وسائل أخرى أكثر جدوى واجتذابا للانتباه ، كالتفوق فى الدراسة أو الرياضة .

كذلك ترجع العصبية الناشئة عن خشية المريض من تفضيل الآخرين عليه ، إلى مركزه أثناء الطفولة . ويذكر الدكتور « ادلر » أن الرجل الذى يصاب بالعصبية ، ويسيطر عليه الشعور بعدم الطمأنينة حينما يكون بصحبة الآخرين ، يحتاج إلى أن ندرس ظروفه أثناء طفولته . وقد وجد — بعد التحليل المعتمد على ذكريات الوالدين — أن رجلا من هذا القبيل ، ذهب مع أمه وأخيه الذى يصغره إلى السوق يوما ، فى صغره . وحدث أن انهمر المطر فجأة . فبادرت الأم إلى وقاية ابنيها . ولكن ارتباكها جعلها تحمل الطفل الأكبر — الذى كان فى الرابعة من عمره — وتترك الأصغر . فلما أدركت خطأها ، وفطنت إلى أن الأصغر هو الأولى بأن تحمله ، تركت الكبير ، وحملت الأصغر . فاذا هذا التصرف يترك أثرا عميقا فى نفس الأول ، مما جعله يعتقد أن أخاه الأصغر مفضل عليه . وأصبح هذا التوجس يسيطر عليه فى كل مرة يجتمع فيها بالناس ، اعتقادا منه بأنه لابد أن يكون بين الجماعة من هو مفضل عليه . ولذلك كره المجتمعات خوفا من تكرار المساس باعتباره الذاتى .

والمريض بهذه التخيلات الطفلية يتصرف على أساس أن هناك خطرا حقيقيا . فهو يقاسى من الاضطراب المستمر الناشىء عن المخاوف الخيالية ، بدلا عن محاولة التعرف على المجتمع وفهمه على حقيقته .

لكل حالة أسبابها الفردية

لماذا يصبح الإنسان عصبيا عندما يكون مضطرا إلى الاشتراك فى مناقشة عامة ، أو فى لعبة أو مباراة على مشهد من الناس ؟ .

إن هذه العصبية ليست سوى دفاع ضد ما يحتمل من نقد . ويمكن أن يكون الشعور بالعصبية قويا عندما نحرص على وقاية تصرفاتنا من أى نقد . فلا نخطب أو نتكلم إلا تلاوة — لا ارتجالا — لكى تطمئن أنفسنا ونؤكد شجاعتنا . . وحتى إذا تذرعنا بالشجاعة ، وخضنا غمار المعركة ، ثم شعرنا بالعصبية أثناء تأدية دورنا ، فان هذا الشعور يرجع — فى الواقع — إلى أننا نتقى أى انتقاد ، بأن نتخذ من الانفعال العصبى عذرا . بيد أن التحليل الدقيق للدوافع الحقيقية لمثل هذه التصرفات ، يبين بوضوح أننا وإن كنا نميل إلى الاشتراك فى النشاط الاجتماعى ، إلا أننا — فى دخيلتنا — نوجس من أن نتعرض للنقد ، ونؤثر أن نحتفظ بعزلتنا وانطوائنا .

وبوجه عام ، لا سبيل إلى الالمام بجميع العوامل المسببة للعصبية . فليس من سبيل إلا التحليل التشخيصى لكل حالة

فردية ، وتعرف العوامل التى تدعو إلى اتخاذ الحيل المختلفة .

البحث عن العوامل النفسية

ومن أهم الواجبات التى يتعين على من يعانى القلق والعصبية ان يقوم بها ، دراسة نفسه او تحليلها .. والأسئلة التالية تساعد على ذلك ، إذا التزم الصدق والصراحة مع نفسه :

هل أخشى رأى الغير فى شخصى ؟

هل اصاب بقلق لا داعي له ، عندما يلمع نجمى فى المجتمعات ؟

هل اؤدى العمل لمجرد العمل ولفائدته ، ام اننى اؤديه طمعا فى الجزاء والشكر ؟

هل يفت فى عزيمتى ويؤلمنى نقد تصرفاتى والتعليق عليها فى غير تحامل ؟

هل انا ممن يسهل استفزازهم واستثارة غضبهم ؟

هل ادت القسوة وسوء المعاملة — اثناء الطفولة — إلى ان اصبحت تثيرنى تصرفات الناس معى ؟

هل تؤدى أخطائى ، أو مخالفاتى للآداب المرعية ، أو تذكرى لما ارتكبته منها فى الماضى — مثل الخداع وممارسة العادة السرية والحب المحرم والحقد على المجتمع ممثلا فيمن اكرههم من الأقارب أو الأصدقاء — إلى ان اشعر بعدم الارتياح فى وجود الغير ؟



البحث عن العوامل النفسية

هل تؤثر عصبيتى فيما يواجهنى من مسئوليات جديدة ؟

هل يؤدى شعورى بالخجل من عيوبى الجسمية ، أو من المسائل الجنسية ، إلى الانفعال العصبى ؟

هل يوجد فى عملى ما يؤدى إلى الشعور بالعصبية ، سواء من حيث موقفى من المرءوسين أو من الرؤساء ؟ هل اشعر بعدم كفايتى للعمل ؟

هل اميل إلى المبالغة فى كبت انفعالاتى ؟ .. وهل يؤدى هذا الكبت إلى التوتر العصبى ؟

هل تؤدى دراسة موضوعات معينة إلى إصابتى بالعصبية ؟ .. وإذا كان الأمر كذلك فما هى هذه الموضوعات ، ولماذا انفعل بسببها ؟

ما هى المواقف ، ومن هم الناس الذين يثيرون خوفى وعصبيتى بسهولة ؟.. وما التأثر الذى يساورنى إزاء الاقراب ، صغارا أو كبارا ؟

إلى اى حد يؤدى بى فشلى الماضى فى حياتى العائلية ، او فى عملى ، إلى العصبية خوفا من تكرار هذا الفشل فى المستقبل ؟..

هل اتخذ من عصبيتى ستارا اخفى خلفه حقيقة اغراضى فى تجنب المجتمع ، وفى تفادى النقد ، وفى التماس المبررات التى تبعدنى عن تحمل تبعات جديدة ؟

هل اشعر بالعصبية عندما اوضع موضع الاختبار بقصد معرفة درجة كفايتى ؟

هل اعتقد ان هذه التصرفات العصبية امتداد لتصرفات الطفولة ؟.. وهل أرى فيها مظهرا لعدم الرغبة فى التنازل عن كبريائى وعن الرغبة فى حماية ذاتى ؟

وقد تبدو هذه الأسئلة معقدة ، وربما شعر الإنسان بالميل إلى تجاهلها .. وفى بعض الحالات — التى يكون فيها التركيز حول الذات بالغا مداه — قد يعمد المرء إلى اجابات خاطئة مضللة للنفس . ولكن الأخصائى النفسى الذى تخصص فى استجواب المرضى ، يستطيع ان يستدرج المريض إلى الإجابات الصحيحة .

والذى يهمنا هنا هو ان هذه الإجابات لا غنى عنها للافادة من الدروس المؤدية إلى العلاج .

العلاج الطبيعى للعصبية

ومن المعتقدات الخاطئة ، أن الجهاز العصبى يؤدى وظائفه على احسن وجه ، طالما كان العقل سليما . وقد أدى هذا الخطأ إلى محاولة آلاف من الناس ممارسة علاج العقل ، ليتوصلوا إلى شفاء العصبية ، دون ان يفوزوا بطائل . والواقع انه إذا اختل الجسم ، فان الضرر لا يقع على أعضائه وحدها ، بل إن العقل والروح لا يستطيعان — هما الآخران — أن يؤديا واجباتهما على الوجه الأكمل .

وكثير من الناس يعزون ما يعانون من أمراض عصبية إلى الوراثة ، أو إلى اضطراب العصب السمبثاوى ، أو إلى

الغدد . والواقع أن عوامل الوراثة ، والعصب السمبتاوى ، والغدد براء من ذلك . بل إن العكس هو الاصح . فإن الاضطرابات التى تنتاب غددك ، أو عصبك السمبتاوى قد ترجع إلى ما تعانيه من اضطرابات نفسيه . كما أن الاضطراب الذى يلم بمشاعرك كثيرا ما يؤدى إلى اضطراب فى جهازك العصبى .

ومع ذلك ، فهناك عوامل عضوية من المؤكد أنها تؤدى إلى الإصابة بالعصبية . فاذا مهدنا السبيل للاصابة بـ « النورستانيا » — مثلا — فاننا نكون قد فقدنا رصيدنا من قوة الاحتمال التى تمكننا من المقاومة . ولذلك كله فنحن فى حاجة إلى وضع نظام طبيعى يصلح من شأن الجهاز العصبى . وهاك بعض عناصر هذا النظام :

تجنب الأطعمة والاشربة التى تسبب الحموضة والالتهابات ، كالإفراط فى تناول اللحوم ، والأطعمة النشوية والسكرية . إذ ينشأ عن الأولى ظهور الحامض البولى ، وعن الأخرى التسمم بحامض الاوجزاليك .. ولا يقتصر ضرر المكيفات — كالشاى والقهوة والكحول — على زيادة الحموضة فى الجسم ، بل أنها تحول دون خروج الاحماض من الجسم . لذلك يحسن الاستعاضة عنها بالماء النقى ، وعصير الفواكه والخضر الطازجة .

وبدلا من استهلاك كميات كبيرة من الخبز والفطائر ، يستحسن الاكثار من السلطات الخضراء . ولا تفيد الخضر المطبوخة الاشخاص المصابين بالاعصاب المنهكة المتهيجة :

ولذلك يجب انضاج الخضر بالبخار أو فى الافران ، فى أوعية من الفخار . وبذلك يمكن الافادة من الأملاح المعدنية — كالحديد والصوديوم والبوتاسيوم والجير وغيرها — التى تنقى الدم وتبنى أعصابا سليمة .

اعط جسمك نصيبا من الرياضة يوميا

ويجب أن توجه اهتمامك — بجانب الطعام — إلى تمارين التنفس العميق ، كما يجب أن تمارس بانتظام التمارين البدنية ، والاستحمام ، والتدليك بالمنشفة ، وحمامات الشمس والهواء ، وأن تداوم على ممارسة النشاط البدنى فى الخلاء كلما أمكن .. وعلى العصبيين أن يتجنبوا أنواع النشاط الرياضى التى تتطلب مجهودا عصبيا وعقليا ، كالمبارزة بالسيف . وهؤلاء تفيدهم أنواع النشاط الهين ، كالقفز والسباحة والألعاب التى لا تتطلب تنافسا شديدا بين اللاعبين .

ويفيد الاسترخاء العضلى العصبيين فائدة عظيمة . ذلك لأن الإفراط فى القلق والخوف ، يؤدى إلى الإفراط فى الطاقة . وعلى الذين يميلون إلى الوحدة أن يفحصوا جهازهم العضلى فسوف يلاحظون — إذ ذاك — عضلات الفك المتصلبة ، والعيون المحوطة بالتجاعيد ، وعضلات الرقبة والعمود الفقرى المتوترة ، والشفاه المطبقة كالفخ . لذلك يحسن أن نتيح لعضلات الرقبة والوجه والحذاء أن تأخذ نصيبها من الاسترخاء ، بأن تستلقى على الفراش أو على الأرض ،

وتريح عضلات الجسم لتشعر بالنشاط والحيوية .. (وقد قدم اليك « كتابى » طرق الاسترخاء ، فى العدد ٨٦) .

وكثيرا ما يرجع فقدان الاعصاب نشاطها وحيويتها ، إلى تقيح اللثة . فان التقيح المزمن يؤدى إلى نوع من التسمم لا يصيب الفم وحده ، بل يتعداه إلى سائر اعضاء الجسم . وكذلك الحال بالنسبة إلى تقيح اللوزتين .

الغذاء والهواء والشمس من عناصر العلاج

وإذا ما اصيبت المعدة بالمرض ، كان علينا ان نعمل على تنظيفها بالصوم ، على أن يعقبه اتباع نظام دقيق فى التغذية. فبهذه الطريقة يتسنى إزالة التسمم الناشىء عن اخطاء التغذية ، وتتحسن حالة الاعصاب تبعا للتحسن العام .

اما إذا ساءت حالة الاعصاب بسبب الإصابة بالانيميا ، فعلينا أن نتبع نظاما طبيعيا لتنقية الدم وامداده بما ينقصه من الحديد والهيموجلوبين والصوديوم . ويحسن ان نستمد الحديد والصوديوم من مصادرهما الطبيعية العضوية . وليس من مصادرهما الكيماوية .. اى من الاطعمة ، وليس من الأدوية . فهما يتوفران فى : الزبيب ، والسكمثرى ، والفراولة ، والقراصية ، والتين ، والقمح — على ان لا تنزع عنه قشوره — والسبانخ ، والجزر ، والبنجر ، والبطاطس (بقشوره) ، والبازلاء ، والفول ، والزيتون الناضج ، وصفار البيض ، والجبن .

وحاجة المصابين بالعصبية والانيميا إلى الهواء النقى وضوء الشمس ، كحاجتهم إلى الطعام . فيجب أن يعيشوا — بقدر

الامكان — فى الهواء الطلق والاماكن جيدة التهوية ، كما يجب ان يناموا فى حجرات مفتوحة النوافذ تماما فى الصيف ، ومفتوحة قليلا فى الشتاء ، وان يحرصوا على الحمامات الشمسية ، مع التزام القواعد الصحية لها .

العلاج بنفس الظروف التى خلقت الانفعال

هناك طريقة مفيدة فتحت ابواب الأمل أمام الذين يقاسون العصبية .. تلك هى طريقة الأستاذ « جون واطسون » : مؤسس مدرسة السلوكيين لعلم النفس بأمريكا إذ يعتقد الأستاذ « واطسون » ان الطفل يولد مزودا بنوعين من الخوف فقط ، هما الخوف عند سماع الأصوات العالية المفاجئة — اى المزعجة — والخوف من فقدان الحماية .. وما عدا هذين من أنواع الخوف ، إنما يكتسب من التجارب التى تخلق رابطة عقلية بين انفعالات الطفل وبين شىء معين ، أو إنسان . او حادث .. فالطفل بطبيعته لا يخشى الكلاب مثلا ، ولكنه يتعلم الخوف منها ممن حوله ، أو من تعرضه لحادث .. كان يعضه كلب شرس ، او كان يفاجأ بنباح كلب على غير توقع .

وقد نجح « السلوكيون » فى علاج الانفعالات العصبية المكتسبة .. ومن امثلة ذلك ان جىء بطفل كان يبدى خوفا لرؤية الأرانب البيضاء ، واحضر له الطعام — على صفحة مغطاة — فى موعد الأكل .. وفى الوقت نفسه ، احضر أرنب أبيض فى قفص مغطى ايضا ، ثم رفع الغطاءان عنهما ..

وكانت الفكرة ترمى إلى ان الطفـــل سوف يشعر بالغبطة — لرؤية الطعام — مقرونة برؤية الأرنب . ووضع القفص فى بادىء الأمر على بعد من الطفل ، عنـــد حافة منضدة الأكل الطويلة .. وكان يغطى كلمـــا ابدى الطفل خوفا او رفض تناول طعامه ..ثم يرفع الغطاء ثانية ، بعد قليل .. وهكذا حتى تعود الطفل بالتدريج رؤية الحيوان ، ورضي بأن يتناول وجبته والأرنب ملاصق له .

انه مثل عملى يوضـــح كيف يمكن التغلب على الخـــوف والقلق بمعالجتهمـــا بأسلوب علمى .. ويعتقـــد اصـــحاب المدرسة السلوكية ان جميع انواع الخوف ليست سوى مظهر نفسى ، اى انها ليست من عمل العقل او الأعضـــاء الداخلية كالغدد او المعدة او الامعاء او القلب ، وإن كان الخوف الشديد يؤدى إلى اضطراب جميع هذه الأعضاء اضطرابا شديدا . وهم لذلك يعملون على تعويد الأعضاء احتمال الظروف التى اعتادوا ان يروها نذيرا بالخطر .

إعادة الانسجام بين العقل والأعصاب

والمبدأ الذى تقوم عليـــه مدرســة السلوكيين ، هو تغيير الاســتجابة للمنبه الموجود ، حتى يتحول الانفعال الذى يغشى المرء — عند وجود المنبه — إلى طمأنينة .. كما رأينا فى المثال السابق . ومن الممكن ان يطبق هذا الدرس العملى على الكبار الذين يراد علاجهم . مثال ذلك ان الشخص الذى يصـــاب بالعصبية عند الظهـــور امام الجماهير ، يستطيع ان يغـــالب انفعالاته إذا انمى فى نفسه احد العوامل التالية :

١ — الرغبة الصادقة فى عرض افكاره على الجمهور .
٢ — الميل الشديد إلى الاستئثار بانتباه الجمهور .
٣ — انتهاز الفرصة المتاحة للتعبير عن الذات .
٤ — اعتبار الحديث مجالا لتنمية ملكة الخطابة .
٥ — الدعوة لفكرة او مبدأ يتحمس لنشره .
٦ — اعتبار المناسبة فرصة لتقوية الشعور الاجتماعى نحو الآخرين .

على ان هذه العوامل لا تكفى ما لم نمارسها بطريقة تكفل اشتراك الجسم والعقل والعاطفة . فنحن حين نشـــعر او نفكر او ننفعل ، نفعل ذلك بكل كياننا وليس بجهازنا العصبى او بعقلنا فحسب .. ولهذا كان من الواجب ان نحلل مخاوفنا العصبية ، وان نحلل اضطراباتنا العضوية ، ثم ننسق بين الفريقين لننعم بالهدوء .

ذكريات الطفولة والتجارب السابقة

وهناك امثلة كثيرة تبين كيف ان ما يلقاه المرء من ســـوء معاملة فى طفولته ، يؤدى إلى ظهور امراض الخوف العصبى. من ذلك ان شابا كان يعانى من نوبات فزع عصبية حادة . وبدراسة حالته وتحليل مخاوفه ، اتضح ان اباه كان يعامله بمنتهى القسوة والصرامة . وزاد حاله سوءا ، ان مدرسيه كانوا يعاملونه بجفاء وخشونة . فلما كبر واضطر إلى العمل ، احيا اتصاله برئيسه الاستجابات المتهيبة للخوف ممن لهم سلطان عليه .. وقد استطاع ان يتخلص من علته عندما

تبين هذا . إذ أن مناقشة وتحليل الفكريات والتجارب القديمة ، يؤديان إلى فهمها ، وبالتالى إلى تخليص العقل الباطن منها ..

ومن الحالات العصبية الشائعة ، ما يصيب المرء من انفعال وهو يسعى للحصول على عمل . لقد رأيت مصابين يعانون مثل هذا الخوف عند التفكير فى المقابلة المنتظرة مع صاحب العمل ، إلى درجة انهم لم يجرؤوا على الاقتراب من مكان العمل ذاته . وفى معظم الحالات التى من هذا النوع نجد ان العامل الحقيقى واحد من العوامل الآتية :

١ — يخشى المريض بالعصبية ان يرفض طلبه ، ويشعر ان فى الرفض تحقيرا لا يحتمل .

٢ — يخاف ان يوضع موضع الاختبار .

٣ — قد يشعر فى قرارة نفسه انه لن يهنأ بهذا المركز بالذات ، ولن يرتاح فيه . وهنا تكون العصبية وسيلة للتهرب .

٤ — قد يخاف أن تضيف الترقية المنشودة إلى كاهله مسئوليات يحب أن يتهرب منها .

وعلى العصبى — فى مثل هذه الحالات — ان يحلل الخوف ويتعرف أسبابه ، ثم يواجهه . ومن المحتمل انه سيستطيع تقصى آثار الطفولة ، كالتهرب من الاختبارات وتجنب المسئوليات والإحجام عن تأدية ما يجهله من الواجبات المدرسية ، وكذلك المخاوف التى كانت تساوره — فى طفولته — من مقابلة الاغراب أو ذوى السلطة عليه .

ولكى يتغلب المريض على عصبيته — فى هذه الحالة — يجب أن يحصر تفكيره فى الفوائد والمزايا المرتقبة من وراء الحصول على العمل الذى ينشده — من زيادة فى الدخل . إلى ارتفاع فى المكانة الاجتماعية ، إلى اتساع المستقبل — إلى درجة تجعل هذه الامور مسيطرة على عقله وتفكيره قبل المقابلة . وبدلا من ان يدع لخوف الفشل تاثيرا على تفكيره — اوان يسترجع فكريات فشل سابق — عليه ان يشغل باله بالاساليب التى يقتنع بها صاحب العمل بانه خير من يليق لملء المنصب .

فلسفة الهدوء

إذا سالت احد ضحايا العصبية ، أو القلق العصبى ، عن الصفة التى يتمناها لنفسه ، لاجابك صادقا بانه يريد الهدوء .. يريد أن يتصف بالاتزان والتحكم فى الذات فى كل الظروف .. ولكن الهدوء ، والاتزان ، والتحكم فى الذات لا تأتى من تلقاء ذاتها ، وإنما هى نتاج المحاولات المتكررة ، والاجتهاد ، والتضحية ، حتى يسيطر العقل الواعى على اى توتر يصيب المرء .

إننا نمهد السبيل امام الطفل لتكوين عادة التهرب فى سنى طفولته الاولى ، حين يكون اشد تاثرا بما يحدث حوله . وذلك حينما نتساهل معه ، فيتولى اخوه الأكبر أو أبوه تادية ما يعتبره صعبا من واجباته . مما يعوده التقاعس والتخاذل ، وينمى فى ذهنه الشعور الدائم بضعـ[illegible] من حب السيطرة ومغالبة الصعاب .

وغالبا ما يؤدى الخوف من السخرية عند الوقوع فى الخطأ ، إلى إصابة الناس بالعصبية . والخوف يجعل الإنسان يشعر — فى مثل هذه الظروف — بكثير من التوتر فى محاولته تجنب هذه الأخطاء ، مما ينمى الوساوس ، والمغالاة فى محاسبة النفس ومراجعة العمل .. كذلك يؤدى عدم الاستعداد للمواقف الهامة إلى الإصابة بالعصبية . كما يحدث للخطيب الذى لم يستعد للموقف الخطابى ، وللطالب الذى لم يستعد الاستعداد الكافى لتأدية الامتحان .

وعدم القدرة على سرعة التكيف مع المواقف والظروف المستجدة ، ييسر الوقوع فى براثن العصبية . لذلك كان لزاما على العصبى — الذى يسعى إلى الهدوء والاتزان — أن يستعد للمواقف ، وأن يدرب نفسه على سرعة التكيف معها إذا فوجىء بها على غير استعداد .

ومن المفيد أن يذكر الإنسان نفسه دائما بقيمة الهدوء ، وما يضفيه من الراحة والمتعة فى الحياة الاجتماعية ، وما يخلقه من شجاعة على مواجهة ما يتعرض له المرء من المشاكل والأزمات .. كما أن شعورنا بعجزنا عن الاحتفاظ بالهدوء يجعلنا نرهب القيام بما يعرض علينا من واجبات .

واعتيادنا التأنى والتمهل يساعد على اكتساب عادة الهدوء ، ويساعدنا على تفادى الشعور بالهم وتأنيب الضمير فيما بعد .. أما الإسراع فى العمل ، والشعور بالتوتر أثناء تأديته ، فلا يؤديان إلا إلى الخطأ .

الترحيب بالمواقف المحرجة علاج للاحراج !

ويستفيد العصبى فائدة عظمى إذا اهتم بملاحظة أولئك الذين امتازوا بالهدوء والرصانة ، خصوصا فى المواقف التى تدعو إلى الإثارة والهياج . وربما كان من المستحسن سؤال هؤلاء الناس عن سر سيطرتهم على أنفسهم فى مثل هذه المواقف ، فقد يكون فى جوابهم ما يساعد المرء على اللحاق بهم . كما أن للعزيمة والاصرار أثرا كبيرا . وإذا ظل الإنسان متمسكا بالهدوء ، أمكنه فى النهاية السيطرة على أعصابه .. وكذلك إذا ركز كل اهتمامه فى العمل الذى يقوم به ، انصرف عن اهتمامه بمشاعره ، ونعم بالهدوء والراحة .

ومن الحيل التى تساعد على راحة الأعصاب ، تمسك المرء بالهدوء ولو ظاهريا ، ومحاولة أن يتخذ من الأوضاع والصفات ما يمكن أن يسبغ عليه الهدوء ، فيدرب نفسه على الأناة ، والتسامح ، والبشاشة ، وانبساط أسارير الوجه .. وإذا عز عليه هذا التصور ، فليضع أمام عينيه مناظر بعض المشاهير المعروفين بالهدوء فى المواقف الحرجة .. كذلك يمكن للمرء — إذا كان مضطرا إلى إلقاء خطاب ، أو الاشتراك فى حديث — أن يتخيل نفسه وهو يؤديه على وجه مرض ، وقد يسيطر على نفسه وأعصابه .

وإذا كان شعور الإنسان بالعصبية — عند الحديث إلى الشخصيات الكبيرة ، أو إلى من هم أعلى منه مرتبة — راجعا إلى بعض عقد النقص ، كان عليه أن يحلل هذه العقد ليقتلها

إلى العقل الواعى ، وبذلك يزول اثرها . يضاف إلى هذا : انه من الجدير بالذين لا تعتريهم العصبية إلا فى حضرة المشاهير أو أرباب الاعمال ان يتعمدوا مقابلة اكبر عدد من هؤلاء ، بدلا من التهرب منهم وتجنبهم .. واحسن ما يحول بين الإنسان والشعور بالعصبية عند مقابلة هذا الفريق من الناس ، هو الاستعداد لهذه المقابلات استعدادا تاما . وبعد ذلك ، يجدر بالإنسان الا يشغل — اثناء الحديث او المقابلة — إلا باتقان عرض الموضوع او المسالة التى حددت المقابلة من اجلها .

ومن المستحسن ان يحل « الترحيب » محل « القلق » : وبذلك يتعود الإنسان استقبال الحرج والضيق على انهما فرص لإظهار مواهبه . وبعد ان يزن كل العوامل المتعلقة بالموقف ، يتخذ قرارا حاسما ، لان التسويف يضاعف الشك والعصبية .

كل إنسان معرض للقلق العصبى

وإذا لم يوفق الإنسان برغم ذلك ، فعليه ان يذكر نفسه باى شخص عرف بالهدوء والاتزان ، وان يطلع على سير العظماء الذين ابوا الاستسلام لليأس ، ثم يتجه إلى العمل فى هدوء ليصلح ما فسد ، وللعمل — بقدر الامكان — على استعادة ما فقد .

ولا تلومن مزاجك إذا كنت سهل الإثارة ، لان كل امرىء معرض لذلك . فالفلاحون الذين يعيشون فى القرى وعلية

القوم الذين يسكنون المدن عرضة للاصابة بالقلق العصبى . ذلك لان الضجر والخوف والاضطراب وما إليها من انفعالات ، ليست سوى عادات مكتسبة : اتخذت شكل الصفات الراسخة .

ومن مبادىء فلسفة الهدوء اعتبار كل ما يصيب الإنسان من خير أو شر تجربة من تجارب الحياة . ولهذا نجد ان الاديان جميعا تحث على تقبل المحن بالجلد ، واعتبارها حافزا للتغلب على الصعاب .

وكثيرا ما يصاب الناجح بالعصبية . بسبب خوفه من العجز عن الاحتفاظ بما وصل إليه من بعد الصيت ورفعة القدر . وهذا يسوقنا إلى القول بان العصبى يكون ضعيف الشخصية عادة . لانه يخضع لهواجسه واوهامه بدلا من ان يقهرها . وهو بهذا الخضوع يتيح للعقل الواعى ان يشتط ويستبد . وحينئذ يصير الشخص جبانا يخشى القيام باى عمل خوفا من الوقوع فى الخطا .

يضاف إلى ذلك ان الذات كثيرا ما تسىء فهم الحقائق الثابتة . فهى غالبا ما تخطىء فهم الامور على حقيقتها .. لذلك يجب ان نقاوم فيها هذا الميل ، بان ننقل اضطراباتنا الانفعالية من العقل الباطن إلى ضوء العقل الواعى .

واهم الاهداف فى حياة الإنسان هو ذلك الذى يؤدى إلى تخفيف حدة التوتر بين العوامل الداخلية المتنافرة . [illegible] يؤدى إلى تقوية الثقة بالنفس . ولكى نحدد هدفا لنا — من هذا النوع — نحتاج دائما إلى دراسة [illegible] الرجال والنساء

الذين اشتهروا بالهدوء والجرأة والاعتماد على النفس ، لنعرف كيف وطد هؤلاء الناس أنفسهم على اختيار الهدف النافع .. وسواء كان هذا الهدف فى ميدان الخدمات الاجتماعية ، أو البحث العلمى ، أو — على الأقل — فى تكوين أسرة صحيحة سليمة .. والعمل دون هدف نافع ، يؤدى إلى تبلد العقل واضطرابه ، وإلى انفعالات التهرب . وهى جميعا تؤدى إلى الأمراض العصبية .

الطريق إلى الشفاء من العصبية

اما وقد بسطنا أسباب العصبية — أو القلق العصبى — والمظاهر النفسية والعضوية ، وأوضحنا ضرورة الفحص الطبى للجسم ، والتحليل النفسى لمشاعرنا وانفعالاتنا .. نخلص إلى خير خطة عملية للشفاء من العصبية . وهى :

اعمل على أن تكون صحيح الجسم : فاحتفظ بصحة عقلك وجسمك ، ليظل جهازك العصبى سليما . ولا جدال فى أن هذا عمل صعب ، ولكن دراسة النظم الحديثة للتغذية والرياضة البدنية ، والممارسة اليومية للنظم الصحية ، ستقضى على العوامل العضوية التى ربما كانت أساسا للاضطرابات العصبية .

ابتعد بحياتك عن العوامل العقلية والانفعالية التى تجعلك عرضة للاصابة بالعصبية : فتجنب الاجهاد العقلى بتنظيم أوقات العمل والراحة ، واكبح جماح المطامع التى تؤدى المبالغة فيها إلى متاعب لا تنتهى .

اقض على أى شعور بالنقص : وذلك بالحيلولة دون سيطرة المخاوف القديمة على العقل الباطن .

انظر إلى الموقف الراهن على حقيقته الواقعة : على ضوء معرفتك وخبرتك ، وليس كما تصوره المخاوف الراسبة فى أعماقك من الطفولة .

لا تحط من قيمة أى عمل تقوم به . فان تجاهل مشاعرك ، ومخاوفك يصونك من الإحجام عن مواجهة المواقف الصعبة . وضع نصب عينيك أن الشجاعة لا تكتسب إلا عن طريق الثقة بالنفس . وإذا كان شعورك بالنقص وما يتبعه من شعورك بالعصبية ناشئا عن حبوطك فى محاولتك إرضاء الناس وكسب تقديرهم : فاستعض عنه بمحاولة اتخاذ هدف آخر أعظم قيمة وأعم فائدة .

لا تشتط فى منافسة الآخرين : لأن ذلك يستلزم بذل مجهودات مضنية تؤدى إلى التوتر .

لا تعتمد على أفكار غيرك لتصل إلى راحة العقل : وإلا فانك ستظل خاضعا دائما لآراء الآخرين ، بدلا من أن تتيح الفرص لانطلاق المواهب الكامنة فيك .

ولنكن صادقين مع أنفسنا ، فنعترف بأن عصبيتنا إنما ترجع إلى شدة اهتمامنا برفع ذاتنا وتعظيمها ، عن طريق اكتساب استحسان الغير لنا ، أو إلى شعورنا بعدم أهليتنا لهذا الاستحسان ، أو خوفنا من أن نضع أنفسنا موضع



التجربة او الاختبـار .. والجبن هو المسئول عن نصف حالات الاضطراب العصبي السائدة في العصر الحاضر ، وهو يدفعنا إلى الابتعاد بقدر الامكان عن الواجبات التي نهاب القيام بها . والمخاوف المصطنعة ، والاضطرابات العصبية . هي الحيل السريعة المعروفة التي يلجأ إليها المرضى بالعصبية للابتعاد عن الواجبات والمسئوليات الجديدة ..

هذه هي الحقيقة .. وهي أيضا بداية الطريق إلى الشفاء . فما دمنا قد عرفناها ، اصبح من الميسور ان نعالجها .. فلنبدأ من الآن !

كتاب يجب ان يقراه الاباء والامهات

استفحال انحراف الصغار - إلى درجة الانغماس فى ابشع الرذائل وانكر الجرائم - ظاهرة اصبحت تؤرق الاباء ورجال التربية والاجتماع فى شتى بلاد العالم ، وفى بلادنا بطبيعة الحال ، فان ما نقلناه من نظريات التربية والتعليم الاوربية - وساهمت فى تعميمه اجهزة السينما والإذاعة والتليفزيون - يقرب ما بين البلدان على تباعدها ، ويكاد يوحد المشكلات فى المجتمع الإنسانى كله !

ولقد اجمع رجال التربية وعلماء النفس والاجتماع على ان السبب الاول لهذه الظاهرة يرجع إلى سياسة الاغضاء عن اخطاء الطفل فى صغره ، وإلى تجنب العقاب البدنى .. حتى لقد نادى بعض المربين الإنجليز بان يصطحب المدرس فى فصله « عصا » .. ولو للارهاب !

ومؤلف هذا الكتاب « بيتر كرانفورد » ، من علماء النفس الذين توفروا على بحث هذه الظاهرة ، وإجراء تجارب عملية - على اولاده واولاد الغير - حتى توصل اخيرا إلى ان « العقاب البدنى » هو العلاج الاوحد .. ولكنه لم يطلق النصيحة على عواهنها ، بل وضع للعقاب اصولا ، وحدودا ، وشروطا استمدها من تجاربه .. ثم فصل كل هذا فى الكتاب الذى نلخصه لك فيما يلى، والذى يجدر بكل اب وام - وبكل من يعتزم أن يصبح ابا او اما - ان يقراه :

التاديب عند قدماء الشعوب

ان بذور السعادة كامنة فى اعماقنا ، وفى متناول ايدينا ، وليس علينا سوى ان نعنى بها لتنبت وتثمر .. ومن اعظم مصادر السعادة ، الروابط التى تربط بيننا وبين صغارنا ، فهى من المتانة والقوة بحيث تحمل الآباء على تحمل اقسى عناء ، وعلى أن يكونوا اشبه بالعبيد الارقاء ، فى سبيل تنمية أبنائهم وحمايتهم . هذا ويبدا حرص الأب على تهذيب ابنه وتعليمه وإرشاده مع مولد الطفل ، وينمو بنموه .. ولا ينتهى ، فى الغالب ، إلا عندما يغادر الأب هذه الدنيا.

ومنذ فجر التاريخ الإنسانى ، كان ثمة إجماع على أن النظام والادب يجب ان يفرضا فرضا على الصغير ، ولدا كان او بنتا .. فكان قدماء المصريين يؤمنون بان إله التعليم والمعرفة « توت » قد أنزل على الارض « عصا التاديب » .. وكان فلاسفة الإغريق ينادون بالجزاء والعقاب ، فكان « ارسطو » يرى أن الاطفال يجب أن يوجهوا « بدفتى السرور والالم » لاصلاح امورهم .. ونهج الرومان نفس النهج ، حتى لقد كان « كاتو » يرى أن « اعظم واجب لاى اب هو ان يربى ابنه تربية صحيحة » .. وكان يذهب إلى درجة ان « للاب الحق فى أن يامر بموت ابنه . إذا امعن فى الاعوجاج واستعصى على الاصلاح » .. وورد فى التوراة ، ان الذى يهمل استخدام العصا « يكره ابنه » !
[illegible] « توما الاكوينى » — التى [illegible] منذ سبعة قرون — انه لما كان

إلى الرذيلة ، ولا يتسنى تقويمهم بالكلام « لذلك كان من الضرورى لأمثالهم أن يكبحوا عن الشر بالقوة والارهاب » ..

ولقد عارض « جان جاك روسو » — فى كتابه « اميل » — اخذ الأطفال بالجدل والمنطق ، والاستجابة لكل رغباتهم ، إذ أن هذا يطمعهم فيزدادون شططا فى هذه الرغبات ، حتى يأتى يوم يضطر فيه الآباء إلى عدم الاستجابة ، فيكون هذا أقسى إيلاما مما لو عمد الآباء من البداية إلى تجنب الاستجابة السهلة ..

ودعا « هيجل » — فى القرن التاسع عشر — إلى العقاب ، « لا استهدافا للعدالة ، وإنما تقييدا لاستعمال الطفل حريه لم تعده الطبيعة بعد لاستعمالها » ..

بدء سياسة التساهل

وفى أعقاب الحرب العالمية الأولى ، اساء بعض المفكرين تفسير آراء افلاطون ، وروسو ، ومونتين ، وديوى ، وفرويد ، واستطاعوا ان يغلبوا سياسة تجنب العقاب ، خشية « العقد النفسية » !.. حتى اصبح الآباء عاجزين عن استخدام سلطانهم ، ومنعت المدارس — بل ومحاكم الاحداث — من ممارسة « العقاب البدنى » ، مما اسلم المسئولين عن التربية إلى حيرة اليمة ..

ولكن تطور الأمور فى السنوات التى انقضت منذ الرضوخ لآراء هؤلاء المفكرين ، جعل الراى العام اشد ما يكون اقتناعا اليوم — تؤيده الاحداث والاحصاءات والبحوث — بأن ازدياد

انحراف الأحداث ، واستفحال الاضطرابات النفسية لدى الصغار ، مرده الأول أن نظريات التربية الحديثة — التى تنادى بتجنب الكبح والكبت والعقاب — قد نسفت سلطة الاسرة والمدرسة من جذورها !

والواقع ان مولد سياسة التساهل الراهنة يرجع إلى سنة ١٩٠٠ ، عندما كتب الفيلسوف والتربوى الأمريكى "جون ديوى" مقالا بعنوان « علم النفس وتطبيقه اجتماعيا »، مهد به للنظرية القائلة بان التعليم يجب ان يقوم على قاعدة من علم النفس ، وعلى مراعاة مصالح الطفل ورغباته .. وكان جماع قوله ان الطفل بفطرته ينزع إلى النمو ، فهو يعمل — او يجب ان يعمل — على تكوين مجموعة من العادات المرنة ، تمتاز اول ما تمتاز بعلاقتها باستكمال النمو ، وليس باكتساب دربة معينة او مهارة بالذات ..

وقد وجدت دعوته نفوسا وعقولا معدة لتقبلها ، ولان تقرنها بدعوة « افلاطون » إلى ان من الممكن جعل التعليم مشوقا لنفس الطفل ، وبما قاله « روسو » من ان الطفل طيب بطبعه .. وبما كان قائما من استنكار لاستغلال الاطفال فى مختلف الأعمال القاسية ، نتيجة للانقلاب الصناعى ..

وفى سنة ١٩٠٩ ، وجدت هذه الأفكار تأييدا قويا ، إذ طلع « فرويد » على الناس بآرائه الخاصة بأن الاضطرابات النفسية للطفل ذات آثار بعيدة [illegible] فى حياته فى المستقبل ..

وهكذا جعلت آراء « ديوى » و « فرويد » تكأة لفرض سياسة التساهل والاغضاء عن أخطاء الطفل ، فى الأسرة والمدرسة الأمريكيتين .. ومنهما امتدت إلى بقية ارجاء العالم !

ديوى وفرويد ينتقدان سياسية التساهل !

والواقع أن أحدا من الاثنين — ديوى وفرويد — لم يدع إلى التساهل التام ، بالشكل الذى قامت عليه اتجاهات التربية بعد الحرب العالمية الأولى .. بل انهما انكرا سوء تفسير آرائهما — حين رأيا النتائج التى ترتبت على تلك الاتجاهات التربوية — فكتب ديوى فى كتابه « التجربة والتعليم » ، الذى اصدره فى سنة ١٩٣٨ :

« إن الإسراف فى الاستجابة لرغبات الطفل ينتج أثرا مدمرا ، فهو يخلق فيه مطالبة « أوتوماتيكية » بأن يلتزم الناس بالاستجابة لرغباته ونزواته فى المستقبل .. وهذا كفيل بأن يجعله عاجزا عن معالجة المواقف التى تتطلب جهدا ودأبا لمغالبة العقبات .. وأن نقص الأخلاق والسلوك فى بعض المدارس التقدمية يرجع — إلى حد ما — إلى حرص الأطفال على أن يمضوا فيما يفعلون .. وهذا يعنى فشلهم فى أن يتعلموا درسا من أهم دروس الحياة ، وهو التكيف والتوافق المشترك مع من حولهم .. » .

كما قال « فرويد » فى كتابه « محاضرات تمهيدية جديدة للتحليل النفسى » : « إن المهمة الرئيسية للتعليم ،

هى أن يعرف الطفل كيف يسيطر على غرائزه ونزواته . فمن المستحيل أن نكفل له حرية كاملة فى أن يطيع كافة نوازعه ودوافعه دون قيود .. إذ أن هذا يجعل الحياة لا تطاق بالنسبة للوالدين ، كما أنه خليق بأن يوقع بالأطفال أنفسهم ضررا بالغا . ومن ثم فإن وظيفة التعليم والتربية هى الردع والمنع . والقمع . وقد أدت التربية هذه الوظيفة بنجاح يدعو إلى الاعجاب . فى جميع الأزمان . ولكننا عرفنا من التحليل النفسى أن هذا الكبت للغرائز — بالذات — ينطوى على خطر المرض النفسى » .

ولكن شيئا من هذه التنبيهات لم يوقف تيار سياسة التساهل ، نتيجة « الوهم الجماعى » الذى انتشر بين الآباء والمدرسين .

حيرة الآباء والمدرسين

وهكذا وجد الآباء والمربون أنفسهم فى حيرة بين تيارات متعارضة ، منها :

أن التربية الصارمة التى يلقاها الطفل فى نشأته — فى البيت — قد تكون سببا فى انحرافه ، أو من أسباب تعاسته فى المستقبل ..

أن احصاءات المحاكم تدل على أن أكثر من ٦٠ فى المائة من الأحداث المنحرفين ، لهم آباء لا يؤدبونهم .

أن التساهل مع الطفل و[illegible] السلوك ، ما دام بوسعه أن [illegible] نفسه دون أن [illegible] عقابا

.. وتكون النتيجة انه لا يتعلم « الصـــواب » ، ولو عرفـــه ما حفل به إذا وجده عقبة تعترض لهوه وسروره !

ان الطفل لا يخشى الأب الذى يبدى ضعفا .. ولا يحبه . وإنما يستغله فى سبيل رغباته !

وهكذا أصبح الأبوان يعانيان عقـــدة الشـــعور بالذنب والخوف إذا هما اضطرا إلى ان يعاقبا ابنهما .. ومع ذلك . فالمجتمع لا يرحمهما ولا يعفيهما من المسئولية إذا نشأ ابنهما مدللا مفسودا !

كذلك صار موقف المدرسين والمربين تشوبه نفس الحيرة .. فالبيت والمدرسة ، بل المجتمع كله « فى حيرة ! .. وقـــد استفحلت هـــذه الحيرة » كما استفحل انحراف الاحداث . فى أعقاب الحرب العالمية الثانية .. وبات الأمر يتطلب علاجا سريعا ..

الطفل نفسه يرحب بالعقاب !

وهنـــا برز فريق من رجـــال التربيـــة وعـــلم النفس ، يطالبون – على ضوء تجاربهم وبحوثهم – بالعودة إلى سياسة التأديب القديمة .. إلى العقوبة البدنية ! ففى كتاب « دليل ارشاد الطفل وتوجيهه » – الذى صـــدر فى سنة ١٩٤٧ – كتب « ر.ل. جنكينز » يقول : « لا قيام لمعهد لعلاج الأطفال المنحرفين إلا بالتأديب .. فالجدل المنطقى ، والســـعى إلى الاقناع ، لا يفلحان فى كثير من الاحوال » ..

وقال الباحثان النفسيان « لويلا كول ، وجون مورجان » فى كتاب لهما بعنوان « نفسية الطفل والمراهق » ، إن الأطفال – إلى ما قبل ستين عاما – كانـــوا يتعرضون للصـــفع ،

والضرب ، بل والجلد ، سواء فى البيت او المدرسة .. « ومن المؤكد ان الاساليب المتطرفة خليقـــة بان ننكرهـــا .. ولكن للعقاب « المخفف قيمة لا تقدر » !

وكتبت الدكتورة « ايرين جوسلين » فى كتابها « الطفـــل السعيد » ، ان هناك أوقاتا يكون فيها الضرب مظهرا للحب .. « فالطفل – عادة – يخاف من نوازعه ودوافعه ، وهو يشعر بالأمن إذا مارس الكبار مسئولياتهم وتولوا توجيه هذه النوازع . والعقاب هو وسيلة الوالدين لاظهار استعدادهما لحمل هذه المسئوليات » ..

وفى كتاب « صـــون أعصاب الأطفال » ، قال الدكتوران جيمس والش وجون نوت : « لا مراء فى ان تساهل الوالدين كثيرا ما يقـــوى النزعـــات المنحرفـــة لـــدى الأطفـــال .. وكثيرا ما يكشـــف تاريخ المجرمين عن انهم كانـــوا أطفـــالا عصبيين ، غير مســـتقرين ، لم يلقـــوا التأديب الـــلازم فى صغرهم ، فنشـــأوا وهم لا يعرفـــون كيف يكبحون جماح نوازعهم .. » .

ولقد تبينت انـــا بدورى – من الحالات التى درســـتها ، ومن البحوث التى اجريتها – ما يؤيد كل هذا .. فالطفـــل – فى دخيلة نفسه – يرحب بالضرب ، ويفضله على الحيرة التى تتولاه إزاء التمييز بين ما هو «صواب» وما هو « خطأ » .. فالعقاب يحدد له الصواب ، او يفرضه عليه .. وليس اقسى عليه من ان يتهاون ابواه عن وضع قواعد واضحة ، تلزم باتباعها ، او يعرف – على الأقل – انه إذا لم يتبعها تعرض للعقاب ..

علاقة الاضطرابات النفسية بالتأديب

وكان من الظواهر التى ادهشتنى ، أن مرضاى النفسيين من الصغار كانوا يزدادون تقدما نحو الشفاء — بسرعة تفوق المعدل العادى — إذا ما تحسنت أساليب تأديبهم ، باتباع الوالدين ما كنت أرشدهم إليه من تعليمات قوامها الحزم ، فى الحالات التى كنت ادرك فيها — من احاديث الوالدين — ان الصداع ، او اضطرابات المعدة ، او غيرها من اعراض الأمراض النفسية لدى الأطفال ، كانت مترتبة على ميوعة فى التأديب !

وهكذا تبينت أن التأديب خليق بأن يقضى — بوجه عام — على كثير من المشكلات النفسية لدى الأطفال . وبوسعنا ان نخرج من هذا بأن كثيرا من مشكلات الكبار : ترجع — إلى حد كبير — إلى انهم لم يتلقوا تأديبا حازما فى طفولاتهم .. فان القلق ، والاكتئاب ، والصداع ، وما إليها تنشأ عن الصراع النفسى الذى ينشأ بدوره عن شعور المرء بانه متورط فى محنة لا يدرى منها مخرجا ، او فى موقف لم يدرب على ان يواجهه ويتغلب عليه .

وساءلت نفسى : ألا يحتمل إذن ان يكون التأديب وسيلة لشفاء الاضطرابات النفسية ؟.. ومن ثم شرعت أتجه فى تجاربى هذه الوجهة ، فسرعان ما لاحظت ان سرعة شفاء المريض كانت ترتبط بسرعة تخلصه من الصراع الناشىء عن محنة او موقف يحيره .. وبالتالى ، ترتبط بسرعة حسمه الأمر واتخاذه قرارا بصدده !

ومما عزز اتجاهى اننى كنت اسأل الأبوين عن بداية مرض ابنهما ، فكنت — فى أغلب الحالات — اتبين ان بوادر المرض النفسى كانت تظهر فى ظروف يعجز فيها الابن عن التفرقة بين التصرف الموفق والتصرف غير الموفق . فاذا كان الطفل ممن يباح لهم ان يفعلوا ما يشاءون ، فانه كان لا يلبث ان يحتك بالقيود الكابحة فى البيت او المدرسة او المجتمع ، فاذا به عاجز عن التفرقة بين السلوك السليم والسلوك غير السليم ، فيحدث الاضطراب النفسى . وعلى مر الأيام ، وتعدد التجارب ، اتضح بجلاء قاطع ان هناك ارتباطا وثيقا بين الاضطرابات النفسية والعصبية ، وبين التأديب ..

على اننى لم أقتنع بتشابه المعلومات التى كنت احصل عليها من الأب ومن الأم ومن الطفل ، كل على حدة .. بل عنيت فوق هذا بالتحرى عن الأبوين نفسيهما :

الآباء اصناف .. والابناء هم الضحايا !

ووجدت الآباء اصنافا عديدة متباينة :

هناك الآباء ذوو النوايا الطيبة . وكل الآباء — فى الاصل — من هذا الصنف ، فهم إذا اهملوا تأديب اولادهم ، فانما يصدرون فى الاهمال عن حسن نية ! .. وهناك الآباء المسرفون فى التأثر بعلم النفس ونظرياته ، إلى درجة تجعلهم يشطون فى الخوف من اخذ ابنائهم بالحزم الصارم .. وقد ادهشنى ان بين هؤلاء علماء نفس ووالدين مربين !!..
وهناك آباء لم ينجبوا ابناءهم إلا بالتبنى ؛

فهم يسرفون فى الترفق بمن تبنوهم ، بدافع اللهفة والخوف من أن يحرموا من هؤلاء الابناء .. وهناك امهات وآباء يكرهون أن يؤدب ازواجهم الحاليون ابناءهم من ازواج او زوجات سابقين .. كما أن هناك ازواج امهات او زوجات آباء يؤثرون عدم تأديب ربائبهم تجنبا للمشكلات ، او نتيجة لعبارات جارحة من الاولاد ، مثل : « لست ابى — او لست أمى — حتى تضربنى » !

وهناك آباء وامهات يشعرون بمرارة لما كانوا يلقونه على ايدى آبائهم من تاديب ، فهم ينفرون من اخذ اولادهم بالحزم .. كما ان منهم من أمضهم الفقر فى صغرهم . فهم يسرفون فى الاغداق على ابنائهم دون حساب او تقدير لنتائج هذا الاغداق .. كما ان هناك آباء تستغرقهم اعمالهم استغراقا يجعلهم بعيدين عن بيوتهم معظم الوقت ، ويصرفهم عن تقويم ابنائهم . فاذا استمر هذا سنوات متعاقبة ، لم يجد الطفل من يرشده إلى الصواب او الخطأ . فلا يلبث ان يعانى الاضطرابات النفسية ..

الجد يفسد الحفيد بالحنان المسرف

وهناك آباء — وامهات طبعا — مغلوبون على امرهم ، يعيشون مع آبائهم او امهاتهم ، فاذا الاجداد يفسدون عليهم تربية الأبناء .. ذلك لأنهم يتمثلون فى الاحفاد الرابطة بين الماضى والمستقبل ، وهم ينشدون حب الأطفال ليساعدهم على تعويض ما لم يعودوا يشعرون به من حب الأبناء ،

لانصراف هؤلاء إلى شئون الحياة والعيش .. ومن ثم نهم يتسامحون إزاء ذنوب الصغار ، ويكتمونها عن الآباء ، بل يحمونهم من العقاب إذا اكتشف الآباء الذنوب .. وهم يسرفون فى الحنان والتدليل إلى درجة الافساد !

كذلك هناك من الآباء من يذهبون فى التبسط مع أولادهم واكتساب ودهم حدا يجعلهم يزيلون كل مظهر لسلطانهم وولايتهم . وصداقة الآباء مع الأبناء مستحبة ، ولكن بحيث لا تمحو سلطان الاب .. ذلك لأن مهمة الآب ان يكون أبا ، لا زميلا لابنه .. واجبه ان يكون مرشدا ومعلما للابن ، دون ان يضحى بنفوذه وسلطانه عليه ..

ثم ان هناك صنفا من الآباء يسهل خضوعهم وانسياقهم لسواهم بالفطرة .. ومثل هؤلاء يجب ان يعملوا على تقوية شخصياتهم حتى لا ينساقوا لابنائهم ، وإلا اوقعوا بالأبناء ابلغ الأضرار ، وشبيه بهولاء ، الآباء المرتبكون — الذين يرتكبون إزاء اى موقف ، وهم بالتالى يرتبكون فى تأديب اولادهم ! — ولكن اسواهم جميعا ، الآباء الذين يعانون اضطرابات عاطفية ، كالأب الشقى بزوجته ، فهو يحول حبه لها إلى ابنه ، او الأم التى ليست على وئام مع زوجها ، فهى تعتمد على ابنها فى التعويض النفسى .. وهذا كفيل بأن يعرقل مهمة التأديب ، ويؤدى إلى مصاعب كثيرة .

فرض السلوك بالجزاء المتكرر

ونخلص من هذا إلى ان التساهل [illegible] الابناء ، غالبا ما يكون سببا فى سوء [illegible] من ناحية

أخرى : فان الإسراف فى الشدة لا ينتج أبناء مستقيمين من الناحيتين النفسية والخلقية ..

وخير الأمور الوسط .. وهذا هو قوام أسلوب « الفرض المتكرر » الذى انتهيت إليه .. فرض السلوك على الطفل بالجزاء المتكرر ، سواء كان هذا الجزاء عقابا أو مكافأة .. وهذا الأسلوب كاف لتأديب الأطفال بين الثانية والثالثة عشرة من أعمارهم .. ويحتاج إلى تعديل بعد هذه السن » نظرا لظروف المراهقة .

وأسلوب « الفرض المتكرر » أشبه بأسلوب « الجزر والعصا » الذى يستخدم فى ترويض البغال العتيدة .. ولكننا هنا نستخدم قطعا صغيرة من الجزر — كمكافأة سريعة مباشرة — وضربات خفيفة بالعصا ، كعقاب سريع مباشر ، بدلا من ثمرة كبيرة من الجزر ، أو ضربة شديدة بالعصا ، لمرة واحدة ..!

ذلك لأن سياسة الاقتصار على المكافأة لحسن السلوك هى أضعف السياسات التربوية فى إعداد المواطن للمجتمع الذى يعيش فيه .. لأن المجتمع — بقوانينه — يفترض فى المواطن أن يكون حسن السلوك .. كذلك نجد أن سياسة الاقتصار على العقاب لسوء السلوك قد تكون أفضل من سابقتها ، ولكنها غير كافية .. فهى بمثابة التحذير : « لا تفعل » ، ولكنها لا تدفع الطفل إلى ما ينبغى أن يفعل .. لذلك كانت خير سياسة هى التى تجمع بين الاثنتين : المكافأة عن التصرف الحسن ، والعقاب جزاء التصرف السىء . ولكن

هناك شروطا ومتطلبات يجب مراعاتها لتؤتى هذه السياسة الثمار المنشودة :

الإسراع فى العقاب والمكافأة ضرورى

وأول ما يجب مراعاته هو أن تأخير المكافأة أو العقاب يذهب بفائدة هذه الطريقة .. ذلك لأن تأخير العقاب يوحى للطفل بأن فى وسعه أن ينجو من نتائج سوء السلوك مؤقتا — وربما نهائيا : إذا نسى الأبوان ، أو هدأ غضبهما — وإذا عرف الطفل أن العقاب لن ينزل به فورا ، فان التوعد والتهديد لا يعود لهما أثر فى تأديبه !

وكل ما يتطلبه الأمر ، ضربة سريعة مباشرة — بعصا أو حزام — على اليد أو على المقعدين .. أو قرصة معتدلة فى الساق أو الذراع أو المقعدين .. فالغرض الأول هو أن يقترن الألم بالتصرف السيىء ، فيجب أن تكون الضربة أو القرصة مؤلمة ، ولكنها ليست من الشدة بحيث تؤذى أو تضر .. لذلك يجب أن يتجنب الوالدان الانسياق للغضب عند توقيع العقاب ..

وهناك أساليب إضافية تضاعف من أثر العقاب ، كأن تصحب الضربة حركات من الرأس أو الأصبع ، مع تكرار كلمة : « كلا .. لا » .. وقد تكفى مع الضربة « نظرة » تدل على الاستياء .

وما لم تعقب الضربة الأولى — إذا أخفقت فى الردع — ضربة ثانية حين يتكرر الذنب ، [illegible] .. وكذلك

الأمر بالنسبة للمكافأة . والمهم هو المبادرة السريعة . فان قطعة من الحلوى تقدم بمثابرة عقب كل تصرف حسن ، أجدى من دراجة يوعد بها الطفل في المستقبل .. المهم هو الإسراع بتوقيع العقاب أو تقديم المكافأة .. فاذا تكرر الأمر ، تعلم الطفل ما يحسن به عمله ، فيصبح عادة .. وقد اثبتت التجربة أن عقاب الطفل بخمس عشرة ضربة لذنب ارتكبه ، لا يردعه عن العودة إليه ، عملا بالمثل القائل : « علقة تفوت ما حد يموت » .. اما ضربه ضربة واحدة كلما ارتكب الذنب ، ولو خمس عشرة مرة ، ففيه تعزيز للعقاب ، يقرره في نفسه ..

ومن فوائد هذه الطريقة انها تخفف توتر اعصاب الوالدين ، الذى يحدث فيما لو حرماه من اللعب مثلا ، إذ يضطران إلى مراقبته للاصرار على منعه .. كما انها تحول دون إضرار اشد ، فيما لو حرماه من المصروف ، إذ قد يدفعه هذا للتحايل والسرقة ..

التبكير بالتأديب ينمي إدراك الطفل

وليس العقاب البدني من القسوة في شيء ، بل إنه اخف بكثير من العقاب النفسي ، كمقاطعة الطفل فترة ، او حرمانه من شيء .. وخير فترة للبدء بهذه السياسة ، هى ممارستها بعد ان يتعلم الطفل الحبو ، وقبل ان يبدا الكلام . فان التبكير بالتأديب يساعد على تنمية إدراك الطفل ، ولا يتركه حتى يتعلم من التجربة التى تستغرق وقتا طويلا . ويحسن

— في معظم الاحوال — أن يعقب العقاب شرح يفسره ويبرره ، وان يدرك الطفل ان العقاب لم يؤثر على العلاقة بينه وبين والديه .

روى لى صديق من الأطباء النفسيين ان ابنه شرع يعمد إلى البكاء والصراخ كوسيلة لمضايقة والديه . فما كان من أبيه إلا أن اخذ يقول له : « إذا كنت تريد البكاء والصراخ ، فتعال إلى ابيك يساعدك ! » .. ثم كان يضربه ، فلم يلبث الطفل أن عدل عن هذا الاسلوب بعد بضع مرات .

وجدير بمن يرى سوء تصرف الطفل — من الوالدين — ان يبادر بمعاقبته ، دون ان ينتظر حضور الوالد الآخر .. وقد يلجأ الطفل — في بادىء الأمر — إلى البكاء ، او إرهاب ابويه بالمرض او القىء أو ما إلى ذلك . ولكن الجدير بالأبوين الا يخدعا بهذا « التهويش » وليس لهما ان يخشيا فقدان حب ابنهما او يجعلا هذه الخشية تمنعهما من إيقاع العقاب .

ومن الخطر السماح بأى استثناء في ممارسة هذه السياسة التأديبية . فاذا اساء الطفل التصرف في مكان عام مثلا ، يجب اخذه إلى اقرب خلوة وإيقاع العقاب به .. على ان يتناسى الوالد الذى يوقع العقاب ، الأمر كله بمجرد إيقاعه ، فلا يعود إلى تعيير الطفل أو يستمر في إبداء استيائه منه .. اما القول بوجوب مناقشة الطفل منطقيا إذا اخطأ ، فيرد عليه بأن إدراك الطفل [illegible] .. والأفضل عقابه ، ثم تفسير السبب .. وبالضربة الخفيفة ،



المتكررة — بتكرر الذنب — أو المكافأة المتكررة بتكرار الاحسان، يمكن أن تربى فى نفس الطفل تقدير ما هو صـواب وما هو خطـأ .

وجوب تعاون المدرسة مع البيت

وهـذا الترويض للطفل لا يؤتى ثماره ما لم يكن التعاون مكتولا بين البيت والمدرسة ، فان إلغـاء العقاب البدنى فى المدارس هو سبب سـوء سـلوك الناشئين . وقد أثبتت الاحصاءات فى سنة ١٩٦١ أن بين مليونى جريمـة ارتكبت فى الولايات المتحدة ، كان ثمة مليون جريمة ارتكبهـا صغار لم يتجاوزوا الثامنـة عشرة من عمرهم ، ومعظمهم لم يكـونوا منحرفين بفطرتهم .. فلو انهم تعرضـوا — فى صغرهم — لعقاب خفيف على هفواتهم ، لما ارتكبوا الكبائر فيما بعد !

وينبغى أن يبدأ التأديب فى سن مبكرة ، وان يرتبط بظروف الطفل النفسـية ، والاجتماعية ، والدراسية ، كمـا يرتبط بنموه وسنه ، فلا نطـالب ابن الثـالثة بما نطـالب به ابن العاشرة ، وهكذا ..

كتابى : هذه خلاصة للكتاب الذى اصدره المربى والعالم النفسانى « بيتر كرانفورد » ، فمـا رأى أساتذة التربية وعلم النفس ، فى بلادنـا العربية ، فى هذا الاتجاه الحديث الذى ينادى بالعودة إلى العقاب البدنى لأبنائنا وبناتنا ؟.. هـل يقرونه ، أم يعارضونه ؟.. هذا هو الموضوع الذى نطرحه على بساط البحث ، ونرحب بآراء علمائنا وباحثينا بصدده .

إذا صحت العزيمة ، فكل شيء يهون !

إن الإرادة كفيلة بأن تغلب الصعاب ، وقد قيل قديما : حيثما توجد الإرادة ، يوجد مخرج وطريق » !.. فلن يقدر لامرىء ان يحقق املا ، او ان يبرم عملا « ما لم يعرف كيف يتذرع بالعزيمة التى تمكنه من تذليل كل ما قد يعترض طريقه من عقبات .

والإرادة او العزيمة — بعد هـذا — ليست بالأمر الصعب ، الذى يرهق طالبه ، فهى لا تتطلب اكثر من مران ومثابرة ، مع معرفة الطريق الذى يسلكه الطالب فى ذلك .. وهو ما يحدثنا عنه « ر. دى سان لوران » فى الكتاب الذى نقدمه لك فيما يلى .. ولسوف تلمس عقب الفراغ منه — ان المهمة يسيرة ، فلماذا لا تبدأ فورا فى تنمية ارادتك ؟

النجاح فى متناول الجميع

المرء القوى الشخصية هو ذلك الذى يختار لنفسه غاية معقولة ، او بالأحرى هدفا معقولا ، ولا ينى عن السعى إليه ، لا تصده عنه اية عقبات او عوائق نفسية او مادية ، فهو يعرف كيف يعقد عزمه ، وكيف يحقق إرادته ، وهـذا هو سر النجاح !

اما الشخص المرهف الحس ، السريع التحول ، الضعيف النفس ، فإن الأحداث تعترض سبيله فتعرقله ، وسرعان ما تثنيه عن غايته اية مصاعب تبدو مستعصية العلاج — ذلك لأنه يفتقد العزيمة والإرادة — ومثل هذا الشخص مصيره إلى الفشل !.. لذلك فإن اتقان السيطرة على الإرادة وتوجيهها . هو خير سبيل إلى النجاح !

ومن الطبيعى أن يكون أول سؤال يتبادر إلى الذهن بعد ذلك « هو : ما هى الإرادة ؟ .. إنها عقد العزم على غاية معينة لا سبيل إلى التزحزح عنها امام أول عقبة او أول شعور داخلى او أول تأثر باية مؤثرات خارجية .. إنها تفادى بناء الخطط ورسم القرارات على أسس غير ثابتة ، يغلب عليها الخيال وإيحاءات الأعصاب . ومن ثم فهى لا تصمد فى وجه اية نتائج غير مواتية . تترتب على الظـروف الطارئة .. ومن ناحية اخرى ، نجد انها — أيضـا — عدم الاصرار على خطط أو قرارات ، يسلم العقل بأنها غير مكتملة الصواب ، او بأنهـا خطأ .

ضع قاطرتك على الخط الحديدى !

ولكى تعقد عزمك بحيث لا يكون مزعزعا ، لا بد من عناصر ثلاثة : التقدير ، والتصميم ، والتنفيذ .

فقبل أن يقدم المرء — ذو الشخصية — على عمل ، لابد له من تقدير الموقف ، ودراسـة مختلف القرارات التى يجوز له اتخاذهـا ، ومعرفة ميزات وعيوب كل منهـا ، وتقدير قيم

الحوافز والبواعث التى قد تخطر له ، واختيار افضل الوسائل التى تساعده على بلوغ غايته .. فاذا فعل كل هذا — وهذه هى مرحلة التدبير — كان له ان يأخذ القرار الذى يمليه عليه عقله ، وهو مطمئن . وهذه هى مرحلة التصميم .. وتعقبها مباشرة مرحلة التنفيذ ، إذ يشرع المرء فى مهمته . وكلما كان نشيطا ، مفكرا ، بارعا فى انتهاج الوسائل والأساليب ، كان وصوله إلى غايته اسرع واضمن !

ولكى نقرب إلى الفهم ما للإرادة من عمل نفسى ، نضرب مثلا بالقاطرة الحديدية إذ لابد لها — كى تبلغ الغاية المعينة لها — من ان توجه إلى خط حديدى معين ، فمن المستحيل عليها قطعا — ومهما تبلغ سرعتها — ان تبلغ تلك الغاية ما لم تجر على الخط الحديدى الموصل إليها .. فاذا ما استقرت على هذا الخط ، وجب على السائق ان يحتفظ بمعدل معين لضغط البخار ، وإلا خفت سرعة القاطرة تدريجيا ، حتى تنتهى إلى الوقوف .. والتحمس للحافز يقابل قوة البخار فى حالة الإرادة !

اما كيف تتعرف إلى الخط الحديدى الصحيح ، وتسيطر على قوة البخار فى قاطرة عزيمتك ، فهذا هو موضوعنا !

فى كل نفس قوى دفينة

وبوسع كل امرىء ان يكون ذا عزيمة ، وان يشحذ إرادته ، لأن كل إنسان — حتى الضعيف والخائر والمذبذب — اوتى القوى النفسية والمعنوية التى تمكنه من ذلك ، ولكنه

لا يعرف كيف يستغلها .. وقبل ان تشرع فى بناء إرادتك ، جرب هذه التدريبات الثلاثة ، لأنها بمثابة الاعداد لعملية البناء :

التدريب الأول : خصص بضع دقائق للتفكير والتأمل ، لمدة ثلاثة ايام او اربعة . ويحسن ان يكون ذلك فى مكان تأمن فيه اى ازعاج يقطع عليك حبل التفكير . كما يحسن ان تكون تلك الدقائق فى بداية النهار .

وابدا باستعراض حالتك الذهنية : إلى اى مدى تؤثر إرادتك على تصرفك ؟.. وهل تسمح لنفسك بان تسير وفقا للروتين وحكم العادة ؟.. وهل تملك ان تقاوم انفعالاتك وحالات مزاجك ، ومغريات الوسط الخارجى ؟.. وهل تعوزك المثابرة والدأب فى تنفيذ ما اعتزمت عمله ؟.. وعندما ترسم خطة لعملك ، فهل تتشبث بها فى إخلاص ؟.. وإذا انتزعت من عملك أو تفكيرك فجاة ، فهل تستأنفه بعد ذلك بنفس النشاط ؟

ولسوف تلاحظ وجود بعض نقاط ضعف او نقص فى عزيمتك ، أثناء هذه الدراسة ، فسجلها يوما بعد يوم ، لتستعين بها فى العلاج .

التدريب الثانى : حاول ان تتحقق مما يجديه عليك — فى حياتك — نمو إرادتك .. انك إذ ذاك لن تعود مؤرجحا ، نهبا للتردد والهواجس .. وإنما ستغدو دائبا على تحقيق غاياتك واحدة بعد اخرى ، وستشعر بقوة عزيمتك كلما احرزت نصرا جديدا .. وبالتالى ، ستنتقل من نجاح إلى آخر فى كل ما ترسمه لنفسك من مشروعات !

صور لنفسك هذه الصورة يوما بعد يوم ، حتى ترسخ فى ذهنك ، وتملك عليك حواسك ، وتصبح متلهفا على تنمية إرادتك !

التدريب الثالث : استغل الإيحاء الذاتى .. كرر لنفسك — ثلاثين أو أربعين مرة فى اليوم — هذه العبارات : « من السهل ان تكون لى طاقة حديدية . اننى اعزز إرادتى تدريجيا . ولن تلبث ان تغدو راسخة .. لن تمنعنى قوة عن اداء ما اعتقد عليه عزمى » .

والإيحاء الذاتى — عندما يكون معقولا سليما — خير سلاح لتقوية العزيمة والروح المعنوية .

لا تغفل عن عجلة القيادة !

يصف الفلاسفة « الإرادة » بانها موهبة عقلية تنحو نحو الخير . فهى تناضل لتصل إلى الغايات التى تهفو إليها ، لانها تراها نافعة . فما ان تستثيرها غاية ، حتى تتحرك نحوها . ويشتد الباعث الذى يحركها بازدياد إغراء تلك الغاية ، ولكن «الإرادة عمياء» ، فهى لا تدرى من تلقاء ذاتها الغاية الحقيقية التى تجتذبها ، مما قد يؤدى إلى دفعها نحو غاية زائفة ، أو نحو اتجاه خاطىء . وكم من اناس هبوا يسعون إلى هدف صالح ، غاية تحقق السعادة ، فاذا سعيهم يلقى بهم إلى الشقاء ! .. ومن ثم فلابد لنا من ان نتولى توجيهها ، وهذا هو اول شروط النجاح !

وليس من شك فى ان التوجيه يعتمد على العقل .. ودور العقل هنا كدور قائد الطائرة ، فهو لا يغفل عن عجلة القيادة

لحظة ، ولا يغير اتجاهه كثيرا بغير داع ، ما دام الخط الذى يحلق بطوله آمنا . وكذلك يراقب العقل — مراقبة دقيقة — مجرى الإرادة ، دون ان يعدل هذا المجرى ما لم تدع الضرورة إلى ذلك ! .. ذلك لأن الإنسان الذى يعقد العزم على عمل طيب ، لا يسلك طريقا معينا إلا بعد تفكير وإمعان . وما ان يختار الطريق وينطلق فيه ، حتى يجد ان معظم ما يتحتم عليه من اعمال ، إنما يفرض عليه بحكم الواجب وبحكم الظروف .

استعراض فى كل صباح

وفى معظم الأحوال ، لا تعدو حالة العقل اكثر من التأكد من ان الإرادة تسير فى المجرى الذى اختير لها ، ولا تحيد عنه . على ان ثمة ظروفا وحالات تتطلب من العقل ان يعيد التفكير ، وان يرسم اتجاها جديدا ، يدفع إليه الإرادة . فكيف تدرب عقلك على ان يجيد الحكم والتصرف عند اختيار الطريق ، وعند تعديله ؟

تناول ورقة وقسمها إلى عمودين ، سجل فى اولهما كل الأسباب التى تدفعك إلى اتخاذ قرار معين .. وسجل فى ثانيهما كل البواعث التى تقوم فى وجه هذا القرار ، ووازن بين العمودين ، ثم اختر اقواهما حججا .. واستخدم هذه الطريقة قبل اتخاذ كل قرار ، فناقش ميزات هذا القرار وعيوبه فى امانة تامة ، وفى مراعاة لكل شىء ، وتحسب لكل طارىء ، وانتباه لكل واعز من ميولك الخاصة [illegible] رايك

نهائيا على القرار ، فاحرص على الا تتحول عنه ، ما لم تتبين خطأ فى تدبيرك ، أو طارئا لم يكن متوقعا !

ولا بد لك من ان تناضل فى كل يوم ، لكى تصل إلى هدفك .. فاذا استيقظت فى الصباح ، فاستعرض كافة المهام التى ينبغى ادؤها فى اليوم كله ، وحدد لكل منها فترة من وقتك .. فاذا ما حانت فترة مهمة منها ، وجب عليك ان تتفرغ لها ، وان تنحى عن ذهنك المهام الاخرى.. ولهذا الاستعراض الصباحى فائدتان : فهو يذكرك بواجباتك ، كما انه يعدك لها . وهنا يحسن أن تستخدم الايحاء الذاتى : فتكرر لنفسك عدة مرات: « اننى قادر على اداء عملى ، وانه ليلذ لى . ولقد دبرت خطتى ، فلا بد لى من التشبث بها لانها سبيلى إلى النجاح » !

ولو ان حدثا طارئا ، او زيارة عابرة اعترضت هذا «الجدول» ، فلا تصغ للاغراء الذى يزين لك أن ترجىء إحدى المهام ، فى مقابل الوقت المضيع ، لأن هذا لون من التقهقر .. وإنما احرص على ان تستغل الدقائق الباقية فى معالجة المهمة التى اضاع الحادث أو الزيارة عليك وقتها !

رياضة إرادية !

وخليق بالمرء أن يخلد إلى السكون لحظات قبل البدء فى اى عمل . وليحاول خلال هذه اللحظات أن يهيىء عقله للعمل، وان يقصى عنه اية افكار خارجية .. ولقد عرف عن طبيب سويسرى نابه الذكر ، انه اعتاد ان يصف — فى حالات ضياع قوة العزيمة ، او الخور العصبى — علاجا يصوغه فى هاتين

الكلمتين : « رياضة إرادية » . ويتضمن هذا العلاج ان يتمشى المريض كيفما شاء ، ثم يركز كل اهتمامه على حركات ساقيه ، التى لايمكن ان تصدر إلا عن الإرادة . وفائدة هذا العلاج عظيمة ، لانه يلزم المريض بأن يسير بخطى جد بطيئة ، وبان يقول لنفسه مع كل خطوة : « سأقدم قدمى اليمنى .. والآن سأقدم اليسرى » . فكل حركة تحتاج إلى إرادة ، وعلى المريض ان يمكن إرادته من السيطرة على حركات القدمين .

وهناك ثلاثة تدريبات تساعدك على أن تسير قدما فى تنمية إرادتك ، إذا تبلغ هذه المرحلة :

التدريب الأول : يتمثل فى الجدول ذى العمودين ، الذى ذكرناه من قبل ، والذى يمكنك من ان توازن بين محاسن وعيوب كل قرار توشك ان تتخذه . وتستطيع ان تبدأ التجربة فى المسائل البسيطة ، ثم تتدرج رويدا إلى أن تتعود إجراء هذه الموازنة فى ذهنك .

التدريب الثانى : ارسم لمهامك اليومية جدولا ، واحرص دائما على ان تنفذه بدقة ، وباكمله .

التدريب الثالث : احص كل يوم الاعمال التى نجحت فى تحقيق إرادتك فيها ، فان هذا يشجعك على المضى !

كلنا « اوفيد » .. شاعر الحب والغزل !

وإذا كان العقل هو الذى يقود « الإرادة » ويعين لها الهدف ، إلا ان أعظم البواعث قيمة ، كثيرا ما تترك «الإرادة» فى أوج تحمسها ، فلا تمضى إلى درجة اغوائها على العمل .. وقديما — بل منذ عشرين قرنا ، إذا شئت الدقة — يعترف

شاعر من أعظم الشعراء اللاتينيين ، هو « أوفيد » ، بأنه كان يصبو إلى أجمل الغوانى ، ولكنه كان يفتقد الجـراة على النضال فى سبيل الوصول إلى غاياته منهن !

وكلنا « أوفيد » فى بعض الأوقات . فكم من مرة أخفق كل منا فى واجبه ؟ . . وهذا الاخفاق لا يكون منبعثا عن نقص فى الذكاء ، فى كثير من الأحوال ، إذ ان العقل قد يرشدنا بوضـوح إلى ما ينبغى عمله ، فيروح وعينا بحثنا على الإقدام على هـذا العمل . . وتدور معـركة فى أعماقنا : فان الواجب يدعونا ، ولكن طبيعتنا المتكاسلة تعارض ضـد اى شىء يكبدنا جهدا . وكثيرا ما تفوز فى معارضتها . ومن ثم تخفق عزيمتنا إذا لم نكن لدينا الوسائل النفسية التى تحفزها على الإقدام والعمل !

ولقد مثلنا الإرادة بقاطرة حديدية . وقلنا إن وضعها على القضبان التى تمتد إلى مقصدها ، لا يكفى لوصولها إلى هذا المقصد ، بل لابد من طاقة بخارية معينة لتحريكها ، ولابد من إبقاء ضغط البخار عند درجة معينـة لكى تظل سـائرة . . والشعور هو الطاقة التى تحرك إرادتنا وتدفعها إلى السير ! فان الإرادة قوة عاطفية ، تنتج أقصى ما فى وسعها إنتاجه . بدفع التحمس . وكلما وفقت فى تحريكها باشد الرغبات إلحاحا ودابا ، ازداد ما نستطيع أن تناله منها !

والعواطف المتاججة مصدر من مصادر الطاقة والنشاط ، التى تفوق قيمتهـا كل تقدير ، والتى يتعذر بدونهـا تحقيق اى عمـل جليـل ، وإن كـان لابد من السـيطرة عليهـا وتوجيههـا . . واكبر مثـال على ذلك هم الجنـود ، الذين

يخضعون لنظـام شديد ، ولكنهم — عنـدما يجـد الجد — يندفعون إلى غاياتهم فى غير خـوف ، وفى غير إشـفاق من الصعاب والمشـاق . . انهم يندفعون تحت ضـغط حماس جارف ، وبوازع من ثقة واعجاب بقادتهم . . اى بحكم عواطف متاججة فى صدورهم !

الشهرة والحب من الدوافع المحركة للإرادة

وقد يقال إن العواطف المتاججة ، ليسـت فى متناول كل إنسان ، ولكن العكس هو الأصـح ، إذ ان فى وسـعك ان تنمى هذه المشاعر بالتأمل والإيحاء الذاتى .

ولقد درج الناس على ان يضـحكوا من تأملات المتدينين والفلاسفة ، مع ان هذا الاستغراق فى التفكير والتدبير ، ذو اثر عظيم . إذ ان الأفكار والآراء توقظ الرغبـة ، وتشـحذ المشاعر الإنسانية ، ثم تحرك التحمس . . وقديما قيـل إن القـوى الكامنة فى بعض الآراء ، قـد تكون أعتى من اطنان الديناميت ! . . ومن ثم فخليق بالمرء أن يعود نفسه على تركيز تفكيره على الأفكار التى تؤدى إلى إيقاظ المشاعر المتحمسة ، فان هذه المقدرة من أهم عناصر تكوين الشخصية .

والمشاعر الرئيسية التى تدفع الإرادة إلى العمل هى :

الإيحاء الذاتى : كم من رجال من المشتغلين بالتجـارة او الصـناعة ، يقاسون الأمرين فى الحيـاة ، ولكنهم مع ذلك يحتفظون فى نهارهم بوجـه بشوش ، ويتناسـون همومهم ومتاعبهم فى سبيل كسب العملاء ! [illegible] إلى أنفسهم فى الليل ، لم يركنوا إلى الراحة إلا [illegible] حساباتهم ،

ويستعرضوا موقفهم . فهل كانوا يصمدون على هذا اللون من الحياة لو أن جهودهم أخفقت فى ان تدر عليهم أموالا ؟.. أليس الأمل هو الذى يحفزهم على الاحتمال والمضى ؟.. وما الأمل إلا لون من ألوان الإيحاء الذاتى !

الشهرة : والشهرة - او الكبرياء بل والغرور أحيانا - من القوى الدافعة للارادة . ومما يروى عن قائد فرنسي - كان ذا شهرة فى عصره - انه اعتاد ان يقول : « اننى لا أحجم عن القفز بجوادى من شباك كاتدرائية نوتردام ، لكى اجتذب انتباه الجمهور » !.. ولدينا كثير من الأمثلة التى نشاهدها يوميا ، فى حياتنا العامة ، .. فكم من شخص يتجشم العناء ، أو ينفق فى سخاء ، لكى يرى اسمه منشورا فى الصحف !.. وكم من أغنياء يجودون باموالهم لجمعيات البر والاحسان ، فى سبيل ان تنشر اسماؤهم !

ومما يروى - فى هذا الصدد - ان ناشرا أمريكيا ، وجد عناء فى تصريف كتاب كان ذا قيمة حقيقية . ثم نصحه خبير فى الاعلان ، بأن يذيع بأن لمشترى كل نسخة الحق فى أن يطبع اسمه بحروف مذهبة على غلاف النسخة التى اشتراها ، فما لبثت ان ارتفعت نسبة المبيعات من الكتاب بسرعة فائقة !.. وهذا المثال وحده ، كفيل بأن يبين مدى تأثر الإرادة بالزهو وحب المظاهر !

الحب : والحب - بجميع أنواعه - أقوى من الموت ، على ما ورد فى الكتاب المقدس . فهو وإن كان مبعث تهور ، فى

بعض الأحيان ، إلا انه مبعث أنبل العواطف والحوافز ، فى كثير من الأحيان .. فالمحب لا يضن بأية تضحية فى سبيل هدف عواطفه .

الشعور الإنسانى : والرغبة فى تحسين حال الطبقات الفقيرة ، وفى تدعيم المجتمع وعلاج مشكلاته من أسمى المشاعر التى تثير الحماس لدى ذوى النفوس السامية ، فترقى بإرادتهم إلى فوق مستوى البشر !

استغل عواطفك فى تحفيز إرادتك

وخليق بالشخص الذى ينشد النجاح فى الحياة ، ان يستثمر ما لديه من هذه المشاعر ، وأن يختار من بينها ما يعرف - على ضوء تجاربه - أن لها تأثيرا كبيرا عليه ، فينميها فى عناية ، ويصقلها ، ويوجهها نحو الغايات السامية . وبهذه الوسيلة يستطيع ان يمد نفسه بطاقة تحمسية كافية لأن تجعله لا يشعر بعبء المجهود الذى يتطلبه تحقيق غايته ، وتنفيذ إرادته .

ولتقريب هذه الحقيقة إلى الذهن ، نضرب مثلا بكاتب تخصص فى الدراسات الأدبية والتاريخية ، يعتزم ان يضع كتابا عن تاريخ الأدب القصصى واصوله . فهو يجمع أكبر عدد من المصادر والحقائق ، ويعد لموضوعه أكمل إعداد ، ثم يشرع فى العمل ، فلا يلبث ان يجد نفسه يكتب فى بطء وتكاسل ، لأنه يؤثر لذة القراءة ، على الجهد الذى يتطلبه التأليف والكتابة .. فأية مشاعر تؤثر على هذا الشخص لتحفيز إرادته ؟

بوسعه ان يقول لنفسه : « اننى ولله الحمد كاتب معروف ، وسوف يجد كتابى رواجا ، فيزداد دخلى » .. وهو بهذا يستغل الايحاء الذاتى كحافز !

* * *

وبوسعه ان يقول لنفسه : « اننى اتوقع من وراء هذا الكتاب نجاحا يضاعف من شهرتى ، إذ ان ظهوره سيدعو الكتاب والنقاد إلى تناوله ، وسيتردد اسمى مقرونا بالتقدير ! .. وهو بهذا يستغل الشعور بالزهو والخيلاء والتفاخر !

ويستطيع كذلك ان يقول : « إن حقوق التاليف ستدر على من المال ما يكفى لأن اوسع على اولادى ، وان اكرم زوجتى وارضيها ، وان اضاعف من اسباب الرفاهية للأسرة ! » .. وهو بهذا يستغل الحب كحافز للإرادة !

ثم إن له ان يقول : « لسوف ينطوى كتابى على آراء إنسانية كفيلة بان تنبه الأذهان إلى مشكلات اجتماعية يساعد حلها على ترقية المجتمع » .. وهو بهذا يستغل الحافز الإنسانى فى دفع إرادته !

الخيال يولد القوة الدافعة للإرادة

ومن الوسائل التى تساعدك فى هذا المضمار ، أن تستغل خيالك !.. فتتصور نفسك فى المركز الذى تصبو إلى بلوغه ، وتروح تستعرض ما سوف تنعم به فى هذا المركز من فوائد ومن كسب ادبى ومعنوى ومادى . ومثل هذا التصور لا يلبث ان يوقد جذوة شوقك إلى بلوغ المركز المنشود ، فاذا الشوق المتقد يولد طاقة دافعة لإرادتك وعزيمتك !

ولو انك حرصت اثناء سيرك إلى عملك ــ فى الصباح ــ واثناء إخلادك إلى الراحة ــ فى المساء ــ على أن تستذكر الأهداف والغايات التى ارتضيتها لإرادتك ، ثم تستعين بالتصور والخيال على ان تذكى فى نفسك الرغبة فى بلوغها !.. وإذا شعرت خلال العمل باى تراخ فى عزيمتك ، فاستعرض ما رسمته فى خيالك من صور المستقبل الذى تكفله لك هذه الغايات ، فان مجرد الرؤى لن تلبث ان تمد عزيمتك بالوقود !

ذلك لأن من طبيعة المشاعر انها متقلبة متحولة . فالمشاعر التى تحفز إرادتك ــ فى فترة معينة ــ على بلوغ هدف معين ، قد تتغير نتيجة لبعض الظروف : إما إلى زيادة ــ إذ تغدو ذات ضغط قوى ، قد يدفع صاحبها إلى النزق أو التهور ــ وإما إلى نقص . فاذا بهمته تثبط ، وعزيمته تخور . ويغدو ميالا إلى التقاعس والانحراف عن غايته .

لذلك يجدر بك أن تتوقع احوالا تساورك فيها مشاعر تكون بمثابة « فرامل » توقف تقدمك نحو الغاية التى تنشدها. ومثل هذه المشاعر نسميها « محولات » ، لانها تحولنا عن غايتنا . وهى من اخطر المشاعر ، لأنها غالبا ما تكون ذات اتصالات خفية فى اعماق نفوسنا ، ولأنها تجد فى الميول الخبيثة والشريرة حلفاء طبيعيين لها .. كحب اللهو والغرور والكسل ، كلها من العوامل التى تحول جهودنا عن الغاية المرتجاة ، وتضطرنا إلى فقدان السيطرة على نفوسنا ، ولا تلبث أن تجتث كل أصل للإرادة لدينا !

لذلك كان من اوجب الوجبات [illegible] أن نصارع هذه المشاعر !

على ان هذه المشاعر يجب الا تكون باعث قلق لك ، فانها لا تحتــاج إلى أكثر من حــدة ذكاء ، ومن ثم فان خير اسلحة لقهرها هى : التفكير ، والتخيل ، والإيحاء الذاتى !

ويحسن عندما تراودك هذه المشاعر ان تعنى بفحصــها وتحليلها ومحاولة الوصول إلى اصولها وبواعثها واتجاهاتها .. ثم تصــور لنفســك ما قد تقودك إليه . إذا انت انسقت لها !.. انها توهن نسيجك المعنوى والادبى ، وتسوقك إلى الخمول ، وتغريك باخس الغرائز الإنسانية . ومن ثم يجدر بك ان تبين لنفسك مدى ضرر هذه « المشاعر المحولة » .

ويكفى لبيان ذلك ان نسوق مثــال الطالب الذى يخلو إلى نفســه — فى حجرته — ليستذكر دروســه قبيل الامتحان ، فلا تلبث حرارة الجو ان توحى إليــه بالخمــول والنعــاس والتغافل عن الاستذكار ، رغم ان الاستذكار واجب ووسيلة لمصلحته الخاصة ! .. إن النتيجة التى ينتهى إليهــا هــذا الطالب ، فى غير حاجة إلى بيان ، ولكن بوسعه ان يتفاداها ، لو انه صور لنفسه فرحة النجاح ، والزهو بالظفر ، ومتعــة قضاء العطلة الصيفية فى لهو ومرح .. ثم صور لنفسه ذلة الرسوب ، وخزى الفشل ، والحرمان من مباهج العطلة .. لو صور لنفســه هذا وذاك لوجد القوة الكافية على ان يقهر الميل إلى الراحة والخمول ، وبهذا يكون قد اتخذ اولى واشق الخطوات للاقبال على العمل .. ويكون قد تذرع فى سبيل ذلك بالإيحاء الذاتى والتصور !

كيف تروض المشاعر المحولة

وعلى ضوء هــذا المثال . نستطيع ان نتبين مدى أهميــة مكافحة المشاعر المحولة ، التى تزحزح إرادة المرء عن الغاية التى ينشدها .. ومما يروى — فى هذا الصدد — ان رساما اغريقيا رسم حصانا يتمــرغ على الارض ، وقد رفع سيقانه الاربع .. وجاءت اللوحة تحفة فنية رائعــة ، من الناحيــة الفنية ، ولكن الذين راوها من غير رجال الفن . حاروا فى فهم معناها . فتركهم الرسام يعلقون عليها فترة . وهو يبتسم ، ثم قلب الصورة فى هدوء — بحيث جعل عاليها سافلهــا — وقال : « والآن .. ها هو ذا الحصان يركض » !

وهــذا درس رائع فى علم النفس . ذلك لأن مشــاعرنا وعواطفنا اشبه بالريح ، قد تبدد «التبن» الذى جمعه المزارع بعد عناء وجهد ، وقد تنفخ اشرعة المراكب فتدفعها إلى مرفأ الأمان !.. اى ان المشاعر والعواطف قوى يمكن أن تخــدم غايتين — هما الخير والشر — ومن ثم فعلينا ان نستغلها فى حرص وادراك !.. وبالتالى ، كل شــعور محول ، قابل لأن ينقلب إلى قــوة دافعة نحــو الغاية ، إذا استطعنا ان نغير اتجاهه !

إن حب اللهو والمتعة قد يكون من المشاعر المحولة ، ولكنا لو استطعنا ان نجعل عملنا مصدر سرور واستمتاع ، لاصبح هذا الشعور من المشاعر المحفزة .. اى من الدوافع المسيرة للإرادة .. وعلى هذا القياس [illegible] المشاعر التى قد تعترض اتجاه ارادتنا [illegible] !

مران يومى للإرادة

ونعود مرة أخرى إلى تشبيه الإرادة بالقاطرة الكهربائية ، فليس يكفى — عادة — أن توجه القاطرة إلى الخط الذى يوصلها إلى مقصدها . وأن يرفع ضغط البخار فى داخلها ؛ لكى تصل إلى هذا المقصد .. بل لابد لها من أن تندفع إلى الحركة !. وكذلك الحال بالنسبة للإرادة ، فلابد للمرء من أن يوجهها ، ومن أن يسلط عليها قوة التحمس ، ثم يدفعها إلى العمل . وهذه النقطة الأخيرة ، هى أهم النقاط ، إذ يتوقف عليها تنفيذ الأمور التى انعقد عليها العزم !

وهذا يتطلب جهداً .. والجهد يتطلب قوة معينة .. والقوة المعنوية كالقوة العضلية ، تنمى بالمران والتدريب . ففى وسعك أن تنمى قواك المعنوية — وبالتالى ، أن تعزز ارادتك وتوطدها — بالمران المنظم .. وبالتدرج . والفقرات التالية ترشدك إلى خير أساليب المران :

١ — عين لنفسك — يوميا — بعض أعمال ارادية : على أن تكون هذه الأعمال مما يتطلب جهداً حقيقياً من ناحيتك ، حتى يكون لها أثر فى تقوية شخصيتك . بيد أنك لا يجب أن تتجاوز نطاق طاقتك الراهنة من الجهد ، إذا شئت أن يكون المران مثمراً .. وإنما ابدأ بأعمال تتطلب جهوداً فى نطاق امكانياتك ، ثم تدرج — فى الأيام التالية — إلى أعمال تتطلب زيادة الجهود باطراد .. وواظب على هذا التمرين بأمانة وصدق عزيمة .

عين لنفسك مهمتين أو ثلاثا فى كل يوم ، واعمل على تنفيذها فى اليوم ذاته ، دون تهاون !.. ثم زد من عدد ، ومن صعوبة هذه الأعمال الإرادية ، يوما بعد يوم ، لتروض إرادتك على النمو رويداً .. تماما كما يفعل الرياضى الذى يتدرب على حمل الأثقال ، إذ يبدأ برفع ثقل معقول ، ثم يزيد من هذا الثقل يوما بعد يوم ، حتى يصل إلى رقم قياسى .

٢ — ليكن تدريب الإرادة نوعا من الرياضة ومصدراً للسعادة : ذلك لأن الرياضة تنطوى على المنافسة ، وعلى الروح السهلة المتسامحة ، التى تتقبل الفشل . لا لتتخذ منه غذاء لليأس ، وإنما لتحيله إلى تجربة وخبرة للوصول إلى النجاح .. وكلما أحرزت نجاحا — فى ترويض ارادتك — وجب أن تطمع فى مزيد !

ويؤكد لنا علماء النفس أن السرور والسعادة إنما ينبعان من النشاط والحركة ، على شريطة أن يكونا فى حدود المعقول ، بحيث لا يؤديان إلى إرهاق .. ومن ثم فخليق بنشاط الإرادة أن يبعث فى نفوسنا سروراً ، إذ يوحى إلينا بالشعور بالقوة ، وبالرقى المعنوى !

يجب أن تبدأ الآن !

والآن .. أعتقد أنك قد عرفت كيف تستغل هذه الأداة العجيبة التى أودعتها الطبيعة نفسك ، وإن لم تفطن إلى وجودها .. ومن ثم فلا عذر لك إذا أنت أخفقت فى الإفادة من أداة سحرية كهذه . ولتبدأ بشئ [illegible] فى [illegible] .. ابدأ بأن تقاوم التكاسل والتخاذل [illegible] لأن يثنيك عن الشروع منذ اللحظة فى تنمية إرادتك !

ابدا الآن . وكن واثقا من النجاح !

وبقى أن نتقدم بعض إرشادات سريعة ، ترشدك فى سعيك إلى النجاح :

اجعل لنفسك شخصية قوية جذابة : ليكن هذا هو هدفك الاول فى حملتك إلى النجاح !.. فاختر لنفسك الشخصية التى تروق لك ، وتتمشى مع طموحك وآمالك .. الم تشعر يوما بأنك تغبط عظيما من العظماء ، وتتمنى ان تكون مثله ؟.. الم تحسد يوما نجما من النجوم الناجحة ، فى اى ميدان من ميادين الحياة ، وترج أن تصل إلى ما وصل إليه من نجاح !

كيف تبنى لنفسك الشخصية التى ترجوها !

إن بوسعك ان تكون مثل اى من هؤلاء ، بل انك تستطيع ان تبزهم وتتفوق عليهم . وهم لا يبهرون بصرك ، ويستأثرون باعجابك ، إلا لأنهم يمثلون أمام عينيك صورا مما تصبو إلى ان تصير إليه . لذلك يجدر بك أولا ان تدرس صفات كل منهم ، وميزاتهم ، والمواهب التى تعجب بها فيه . ثم أختر من مجموع صفاتهم وميزاتهم ومواهبهم جميعا ، اسمى ما يروق لك ، واجعل منها خطوطا رئيسية فى صورة الشخصية التى تصبو إلى أن تكونها !

فاذا اخترت لنفسك شخصية الفرد الحازم ، الذى يقصد إلى هدفه مباشرة ، دون ان يعبأ بأقوال الناس ، ودون ان تثنيه الانتقادات غير السليمة ودون ان تصده العواطف المرهقة أو الصعاب ، فلابد لك من ان تتخذ المسلك الذى يوصلك إلى ذلك .. بأن تعرض عن اظهار انفعالاتك ، وبأن تسيطر على

مشاعرك ، وبأن تقتصد فى الافضاء بمخيلة نفسك إلى الغير ، وبأن تحرص على الايجاز فى القول ، مع الافصاح عن الهدف الذى تبتغيه من وراء هذا القول ، فى غير مبالغة ، وفى غير أن تبدو جافا نابيا !

هب انك تريد أن تصبح سياسيا ناجحا ! .. إن اول ما ينبغى عليك — فى هذا الصدد — هو ان تشكل مسلكك بحيث يلائم هذا الدور . فعليك ان تثبت أنك أوتيت صفاء الفكر ، وصحة الحكم على الأمور ، وسرعة البت فيما يعرض لك ، ولباقة وبشاشة تمكنانك من ان تصل إلى غاياتك فى معاملاتك مع الناس .. وعليك أن تروض نفسك على انك فى خدمة الجمهور ، فلست ممتنا عليه ، ولست — من ناحية أخرى — مستجديا لعطفه او جمائله دون مبرر .

ولا شك ان تكوين الشخصية يتطلب وقتا طويلا ، فلا يثبطن طول الوقت من عزيمتك ، بل حاول ان تقطع فى كل يوم خطوة نحو غايتك !

اعرف عيوبك وحاربها !

والآن ، لنتكلم بمزيد من الصراحة ، التى قد يكون فيها بعض الحرج أو المضض .. ولكن رائدنا الأول هو مصلحتك ، فلا تدع الحرج أو المضض يصدانك عن هذا الجزء من الحديث !

إن المرء لا يملك ان يكتسب اية عادات او خلال جديدة ، إذا هو لم يتخلص مما قد يكون [illegible] عاداته أو خلاله القديمة .. لذلك فان

كى تغدو قوية فى الخير والنفع — لن يثمـر ما لم يتخلص من العادات الخاطئة ، او السيئة التى قد تكون لديه !

لهذا نخليق بك ان تتحص نفسك فحصا دقيقا ، لتكتشف ما فيها من نقاط الضعف والعادات السيئة ، ثم فكر فى الاضرار التى ترتبت عليها ، والتى قد تترتب عليها فى المستقبل ، إذا أنت لم تبادر إلى علاجها .. وتدبر اى العيوب تحد من تقدمك نحو النجاح ، واستعرضها .. ومن أسوأ العيوب اطلاقا : حدة الطباع ، والثقة بالغير فى غير موضعها ، وافشاء ما تؤتمن عليه من اسرار ، والسفه ، والغرور ، والأنانية ، والكسل ، والخلط بين الهزل والجد فى غير الوقت المناسب ، وعدم العناية بالملبس والمظهر — فى غير اسراف طبعا — وعدم العناية باختيار المأكل والمشرب .

وقد يبدو العيب الاخير مثيرا للتساؤل والدهشة ، ولكن من الحقائق التى لا مماراة فيها ، ان عدم العناية باختيار المأكل هى الطريق إلى اختلال الصحة .. وهذا بدوره كفيل بأن يؤدى إلى السقم والمرض والضعف ، وكلهما من معوقات النجاح . كذلك الشراب من شأنه ان يقود المدمن إلى كل الدنايا والزلات ، وأن يفسد صحة جسمه وعقله .

لا بد من غاية كبرى فى الحياة !

من هنا كان من الواجب ان تقضى اولا على عيوبك ، وأن تمضى فى ذلك قدما .. وليكن كفاحك لعيوبك من التجارب الاولى لشحذ ارادتك !

والى جانب الغايات التى تحددها لنفسك فى مختلف نواحى حياتك ، يجب أن يكون لك غاية عامة فى الحياة . فاذا كنت على اعتاب النضج ، وجب ان يكون المستقبل الذى ترجوه لنفسك ، او بالاحرى الحرفة او المهنة التى تنشدها ، هى غايتك الكبرى ، وهى شاغلك الأول . فليس يكفى ان تقول : « سأصبح طبيبا ! » — مثلا — لكى تصير طبيبا ، وإنما يجب ان تستعرض يوميا مدى تقدمك نحو هذه الغاية ، ونوع العقبات التى قد تعترضك ، وطرق التغلب عليها .. ثم تشحذ ارادتك لكى تحقق هذا التغلب إزاء العقبات التى تكون فى طوق الإنسان تذليلها !

على انك — قبل هذا كله — يجب ان تسائل نفسك : « هل هذه الأمنية معقولة ؟ .. وهل لدى الاستعداد لكى أصبح طبيبا ؟ .. او هل من الممكن ان اكتسب المؤهلات التى تساعدنى على ان أصير كذلك ؟ » .. وكلما كانت غايتك مناسبة لاستعدادك ومقدرتك وطاقتك على العمل ومؤهلاتك ، كان هذا ادعى إلى تيسير النجاح . أما إذا تبينت ان الغاية فوق ما تستطيع ، وفوق ما قد تملك أن تصل إليه فى استعدادك لها ، فلا حرج هناك فى ان تعدل عنها إلى غاية غيرها تكون اكثر مناسبة لك .

والمهم فى الأمر ، هو ان اختيار غاية عامة ، سيدفعك إلى السعى وراء غايات فرعية تتصل بها !.. وفى هذا مران لإرادتك وتعزيز لقوتها . وإلى جانب هذا ، عليك بأن تبحث عن اشياء — خارج نطاق عملك — تستطيع أن توجه اهتمامك فى

أوقات فراغك . فان أوقات الفراغ ـ لدى الإنسان العادى ـ تكاد تصل إلى ثلث مجموع أوقاته ، فاذا لم يحسن استغلالها فيما ينفعه ، استطاعت ان تستدرجه هى إلى عادات سيئة ـ اهونها الكسل ـ مما يفسد عليه كفاحه نحو النجاح !

واخيرا ...؟!

بقيت بضعة ارشادات سريعة ، نختتم بها موضوعنا ، ولعل فى مقدمتها جميعا : حفز إرادتك على العمل دائما !.. ابتكر لها من الغايات ما تسلطها على تحقيقه ، حتى يصبح نشاط الإرادة امرا عاديا مالوفا لديك ، فان هذا ادعى إلى تسهيل مهمتك إذا ما سعيت إلى غايات كبيرة ، عسيرة !

واجعل زمام إرادتك فى قبضتك دائما ، حتى لا تجنح إلى التهور ، او تركن إلى الخمول ، فكلا الحالين يعرقل سعيك إلى النجاح !

واذكر دائما ان تنمية إرادتك ، يجديك منافع لا سبيل إلى تقدير قيمتها .. وفى مقدمة هذه المنافع : النجاح والسعادة !

كيف تنجح مع النساء !

للعالم النفسانى الامريكى « شيبرد ميد »

HOW TO SUCCEED WITH WOMEN,
WITHOUT REALLY TRYING
BY SHEPHERD MEAD

وبعد ان تمنا بجولات فى دنيا المراة فى القرن الماضي ، وما قبله .. سواء فى بلاد الشرق ، او الغرب .. تعال ننتقل إلى المراة العصرية ، فى هذا القرن العشرين ، لنقرا عنها هذا الكتاب الذى قدم فيه مؤلفه الباحث النفسانى الامريكى « شيبرد ميد » نصائح عملية لمعشر الرجال ، وهم « الجنس الاضعف » — كما يقرر المؤلف ! — ليخوضوا معركتهم الخالدة مع النساء . وهو يبدأ مع الرجل منذ بداية مرحلة العمر حتى مرحلة الزواج ، وهى اصعب مرحلة فى حياة كل رجل ، وخاصة عندما يواجه صعوبة الاختيار ، وصعوبة المعايشة ، وتحدى النجاح والفشل فى زواجه . وقد صاغ المؤلف كتابه كما سترى فى اسلوب جذاب ، يعرض اعمق الافكار فى قالب نكاهى مرح :

تحذير ومقدمة : بقلم المؤلف !

ومن الخطر ان يقع هذا الكتاب فى أيد ليست مهيأة لقراءته . إذ ينبغى ان يقرأه من يتحلون بقدر كاف من الاخلاق ! .. ونحن لا نزعم اننا نمدك بالاخلاق ، فعليك أن تحضرها معك ، والكتاب يكشف لك كيف تستخدمها ..

« إن القصد منه ان ينقذك ، ايها الرجل ، من الاخطار والمزالق العقلية والجسمية التى تملأ طريقك فى الحياة ، وان ينقذك من نفسك .. ونحن نعقد عليك الأمل يا من تقرا هذه « الوصفات » الجادة ، ان تكون أكثر نفعا للمجتمع ، واكثر إخلاصا للمراة التى تعزك !

« ومع ان هذا الكتاب موجه — صراحة — إلى الرجل ، فنحن لا نعارض فى بيعه للنساء ، ونأمل ان يرشدهن لمساعدة الرجال ، ليساعدوا انفسهم ، ولا يدهشكن ايتها النساء أن تكتشفن ان الرجال فى حاجة إلى مساعدتكن ، وإلا ما كنا نتعب انفسنا فى تاليف مثل هذا الكاتب ! » .

الرجال .. هم الجنس الاضعف !

يجب ان يعرف الرجل منذ البداية انه الجنس الاضعف ، ولا تغرنه مظاهر القوة التى يبدو انه يتمتع بها ، ولا يغرنه ايضا ما يحاط به من دعاية خاطئة بانه الجنس الاقوى .. فمن المؤكد — حسبما تظهر الاحصاءات — ان الرجل مقدر له ان يعيش حياة تنغصها الامراض ، وان يلاقى الموت فى وقت مبكر بالنسبة للمراة . فمتوسط عمر المراة فى امريكا ٧١ سنة ، بينما متوسط عمر الرجل ١/٢ ٦٥ سنة ، والمراة تشفى من الأمراض بسرعة وبسهولة ، وعندها مناعة طبيعية ضد كثير من الامراض ، وهى اقل من الرجل إصابة بالجلطة والشلل ، وبالأمراض النفسية والعقلية ، [illegible] سريعة

لإحدى المصحات العقلية تقنعك بأن نسبة الرجال بين نزلاء هذه المصحات أكثر بكثير من النساء !

هل تفقد الأمل ؟

إذا كان الأمر كذلك ، وأنت الجنس الأضعف فى معركة الحياة ، هل تفقد الأمل ؟ كلا .. فبعد قراءة هذا الكتاب سوف تشعر أن القوة بدأت تدب فى أعطافك ، وأن الثقة أخذت طريقها إلى قلبك .

كيف تفوز بإعجاب المرأة ؟

الرجل ، أى رجل ، يهمه أن يفوز بإعجاب المرأة ، أية امرأة .. والرجل يجب أن يبدأ معركته فى سبيل الفوز بإعجاب المرأة وهو طفل ، ثم صبى، ثم فتى ، فشاب .. عليه أولا أن يبنى جسمه ، فالمرأة تأخذها من النظرة الأولى قسوة الرجل البدنية ، فقوة الرجل البدنية لها سحر لا يقاوم عند المرأة .. فاجعل للألعاب الرياضية مكانة خاصة فى حياتك .. ولا تهمل صحتك .. ولا تفرط فى قوتك ، ومارس لعبة رياضية أو أكثر ..

كن صريحا فى إظهار عواطفك !

والمرأة يعجبها أن تظهر عواطفك فى صراحة وعلانية ، فلا تتردد فى إظهار عواطفك للمرأة التى وقع اختيارك عليها ، فإنها تغفر لك جرأتك فى التودد إليها ، ولكنها لن تغفر لك ترددك فى التقرب منها والتودد إليها !

تعمد إثارة المنافسة عليك !

إن النساء فى منافسة وصراع دائم بعضهن مع بعض ، فاستغل هذه الحقيقة لمصلحتك .. فلا بأس فى أن تتودد إلى أية امرأة ، ولكن الأفضل أن تفعل ذلك على مرأى ومسمع من امرأة أخرى ، فالغيرة وحب المنافسة سوف تفعل فعلها فى تلك المرأة !

اجعلها فخورة بك !

إن الفتاة التى وقع اختيارك عليها تود أن تفخر بك ، فيسر لها ذلك .. وقد تقول لنفسك بعد أن تشرع فى تقييم نفسك إنه من المستحيل عليها أن تفخر بك .. لا تتعجل الأمور ، فقد تكون نظرتك فى نفسك صحيحة ، ولكن قليلا من النساء من يملكن قدرة الحكم على الشخصية ، ولا توجد المرأة التى تراك كما ترى أنت نفسك ، فساعد فتاتك على أن تراك كما تحب هى أن تراك ، لا كما ترى أنت نفسك !

مظهـرك ..

منذ زمن بعيد فقدت المرأة الحكم على الرجل مجردا من مظهره .. فاهتم بمظهرك ، وهندامك ، ورونقك ، ولكن تعمد أن تترك فى مظهرك شيئا مهملا ، إن هذا الشىء المهمل ، كزرار غير مربوط ، وخصلة شعر مدلاة فوق الجبهة ، تجذب إليك المرأة بطريقة عجيبة ..

الرجل المثقف يجذب المرأة ..

كل النساء يرغبن فى أن يكن فى صحبة الرجل المثقف ، فاجعل فتاتك تشعر بأنك من [illegible] العقلى المثقف ، ومن

الأشياء التى تساعدك فى أن تبدو مثقفا ــ وإن لم تكن كذلك فى الحقيقة ــ أن تدخن الغليون « البايب » . ضع « البايب » بين أسنانك ولكن لا تدخن ، فالنساء يحببنها ولكنهن يكرهن رائحة دخانها . اشعل الغليون بين الحين والحين ، ولكن اتركه ينطفىء بسرعة . وفى بيتك اجعل مكانا بارزا للكتب ، خاصة الكتب الأجنبية .. واقتن مجموعة من الأسطوانات ، وضع فى جيبك أو فى حافظة أوراقك أو على مكتبك بطاقة دعوة لحضور ندوة أو معرض فنى ..

اختر لنفسك فنا !

لو كنت كاتبا أو رساما أو موسيقيا لضمنت تسلطك على النساء .. فاذا كنت تعيش من دخل حر فاختر فنا ، وسرعان ما تجد النساء ، وخاصة العاطفيات منهن يحمن حولك كالفراشات الهائمة ..

وإذا لم تكن ذا موهبة فنية مؤكدة فاختر مهنة الكتابة : فهى مهنة لا تحتاج ــ للتظاهر بها ــ إلى أية موهبة حقيقية ؛ علاوة على أنها قليلة النفقات ، فكل واحد يستطيع كتابة بضعة سطور فى أى موضوع ، وكل ما تحتاج إليه قلم وورق ونظرة سارحة ، ثم تجد النساء قد تجمعن حولك : فالأدباء لهم سحر خاص على النساء !

فلتكن رساما ..

ولكن إذا كنت لا تعرف قواعد اللغة ــ والكثيرون لا يعرفونها ــ فعليك بالشعر الحديث ، أو الرسم حسب

المذاهب الحديثة .. وقد تقدم الفن فى السنوات الأخيرة إلى درجة أن الرسام لم يعد فى حاجة إلى تعلم أصول المنظور ، والتشريح ، ومذاهب الرسم ، وغيرها من التفصيلات الفنية التى جعلت من الرسم ــ فى الماضى ــ فنا صعبا مقصورا على الموهوبين الجادين .. ونحن ننصحك أن تختار الفن التجريدى ، فالرسام التجريدى ــ بشىء من الألوان الزاهية واللسان الزلق ــ يقتحم طريقه فى عالم النساء فى يسر وبدون عناء .. وتذكر هذه القاعدة الذهبية : « ارسم أولا ثم فسر ما ترسم بعد ذلك » . والبدء بفكرة مسبقة عن رسم لوحة ليس خطرا وحسب ، ولكنه يشغلك عن متابعة الحديث الشيق مع صاحبتك وأنت فى المرسم ، ارتد ملابس تجعلك تبدو كأنك خارج من فورك من رسم لوحة : تشكيلة من الألوان الزاهية ، قميصا من لون لا يتمشى مع لون البنطلون ، وكرافتة تسخر من بقية ألوان ملابسك . استخدم فى رسمك المزعوم ألوان الماء لأنها تجف بسرعة ، ومن السهل غسلها ..

كن موسيقيا .. ولكن ..

صحيح أن الموسيقى تذيب القلوب ، ولكن من الأسف أنها لم تتقدم بالقدر الكافى بحيث يمكن لمن هب ودب أن يدعى اتقانها ، فدعها جانبا .. لأنها تتطلب ساعات طويلة من المران الشاق المضجر ، وشراء الآلات الموسيقية الغالية ، وتعرضك لنظرات الاستهجان من أصحاب البيوت والجيران .. والموسيقى تعوق النجاح فى الحياة الاجتماعية : فحينما تذهب تجد من يدعوك لعزف مقطوعة موسيقية ، فتجد نفسك أمام

البيانو ترهق اصابعك بالعزف ، بينما ينفرد صديقك الكاتب او صديقك الرسام بصاحبته فى ركن من الاركان المظلمة يتطارحان الغرام على انغامك الشجية .. فدع الموسيقى جانبا وانت تخوض معركتك مع المرأة !

هل من الضرورى ان تظهر بمظهر الثراء ؟

كثيرون يسألون ويتساءلون : هل النساء ينجذبن دائما إلى المال ؟ والجواب : نعم .. فأغلب النساء فى حاجة إلى المال ، وإذا اعتقدن انك تملك المال جرين وراءك .. وإذا لم تكن ذا مال فلتتظاهر بانك تملكه .. ويعتقد البعض ان التقرب من المرأة الغنية يكون بادعاء الفقر ، لان هذا من شأنه ان يثير فيها غريزة الامومة ، وليس هذا صحيحا ، فأشد النساء عاطفة تخمد جذوة عاطفتهن إذا دخل المال فى الاعتبار . فاذا كانت فتاتك غنية فاجعلها تفهم انك لا تهتم بالمال ، فانت ارفع من ذلك .. وسوف تفوز بها ، وتفوز بالمال ايضا !

كيف اختار زوجتى ؟

إذا قررت ان تتزوج — وهذا امر متروك لك ، واغلب الرجال يتزوجون دون ان يعرفوا السبب فى ذلك ! — إذا قررت ان تتزوج ، فهناك اكثر من سؤال تحب ان تعرف الإجابة عنه :

هل اتزوج من هى اقل منى ؟

عليك اولا ان تنظر إلى نفسك نظرة موضوعية مجردة ، حدد مزاياك وعيوبك بكل صراحة وأمانة .. وبعد ذلك عليك

ان تبنى اختيارك على هذه الحقيقة : « يجب أن تتزوج من هى اقل منك ، ولا سبيل غير ذلك » .. والمشكلة بعد ذلك فى درجة نقصها منك : إلى اى مدى يجب ان تقل عنك ؟.. وعلى اى حال فانها يجب الا تكون اقل منك بمراحل ، اى يجب الا يكون الفرق بينك وبينها واسعا .. فى السن .. فى الثقافة .. فى المكانة الاجتماعية .. فى الدخل ..

وتأتى بعد ذلك الصفات الطيبة فى الزوجة المثالية : الزوجة يجب ان تكون لائقة جسمانيا ، فلابد أن تكون الزوجة عملية وناضجة ، اى ليست لعبة او رفيقة لعب ، فهى زوجتك التى سوف تشاركك فى سنوات الكفاح الأولى ، وعليها ان تقوم بدور الأم، والطباخ ، والخادم، والمربية ، والممرضة !.. فاختر زوجتك قوية الجسم ، لتحتفظ بمرحها بعد عمل طويل شاق .

وعلى الزوجة ان تكون مخلصة ، وتتمتع باحساس قوى بالواجب ، وان تكون على استعداد لان تسير معك فى الضيق واليسر ، فى اوقات الفرج واوقات الشدة ، لا تنتظر منك إلا القليل ، وتفرح بالهدية مهما صغرت ، وتسعد بكل كلمة طيبة .. واحذر النوع المتآمر الذى يتظاهر بالإخلاص ليوقعك فى فخ الزواج !

الذكاء والثقافة ..

كثير من الرجال يبتعد عن المرأة الذكية ، وهذا خطأ ، فلابد ان تكون الزوجة على شيء من الذكاء ومرونة التفكير ،

وليست عنيدة .. ويعتقد الكثيرون أن التعليم ضار بالمرأة ، وهذا الاعتقاد أبعد ما يكون عن الحقيقة ، فكثير من الزوجات الجامعيات حققن زواجا ناجحا ..

لا تغفل عنصر الوراثة ..

يجب الا تغفل عنصر الوراثة : فالعرق دساس كما يقولون . فعليك أن تدرس العائلة جيدا : من هو ابوها .. هل هو مرموق المكانة رفيع المركز ، وبالتالى ذكى ومجتهد ؟.. ان المركز والمكانة لا يأتيان مصادفة !

والآن لك ان تسأل :

ما مدى توفيقى فى العثور على مثل هذه الزوجة ؟ أخشى ان اقول لك إن فرصتك ضئيلة جدا : ولكن لا تيأس ، وإذا عثرت على فتاة تتوافر فيها بعض هذه الصفات فلا تدعها تفلت منك ، فهى خامة طيبة : تستطيع ، إذا احسنت توجيهها وتدريبها ، ان تصنع منها زوجة صالحة ..

كيف تدرب زوجتك ؟

اشغل وقتها دائما .. فى أعمال البيت ، وطلباتك ، واحتياجات الأولاد .. إن الفراغ ضار بالزوجة الشابة ، والعمل يفيد الزوجة .. يقوى الجسم والأخلاق ايضا .

ضع أمامها مثالا طيبا .. تحدث عن زوجة زميلك التى تتفانى فى خدمة بيتها وزوجها وأولادها .. وليكن حديثك بطريق غير مباشر ، وعابرا ..

اجعلها تبتعد عن الأعمال والأشياء التافهة التى تضيع الوقت بلا فائدة : التطريز .. شغل الابرة .. التريكو .. رفى الجوارب .. مشاهدة التليفزيون .. قراءة المجلات السخيفة ، والتردد على المحلات ، والحلاق ، وتبادل الزيارات مع الجارات والصديقات الخاليات ..

لا تعودها على أن تصطحبك فى مشترواتها .. ولكن لا ترفض بطريقة قاطعة فى أول الأمر .. اذهب معها .. ولكن تصرف بطريقة تجعلها لا تفكر فى ان تأخذك معها إلى السوق مرة أخرى !

والآن لا تيئس ؟ وانت تدرب زوجتك .. فلا بد انك ستواجه بعض الصعوبات .. لكن النتيجة المطلوبة مضمونة إذا بدأت البداية الصحيحة مع الخامة الطيبة ..

كيف تنجح مع زوجتك ؟!

الحب والجنس ضروريان للزواج ، ولكن ربما كان الجنس أكثر ضرورة ، وليس من السهل التفرقة بين الحب والجنس ؟ فهذا موضوع دقيق ، ولكن يجب أن تعلم أن الجنس ليس كل شىء ..

كن واثقا من نفسك ، فالرجل الواثق من نفسه ، المطمئن ، يكسب نصف المعركة ، فلا تشك لحظة فى أنك الرجل المرغوب .. دعها تشعر بأنها محظوظة لأنها التقت بك ، وانك متفضل عليها .

ولا تبخل عليها بالثناء .. وتضمن الثناء والمديح فى تقدير كل صفاتها الظاهرة والخفية ، الحقيقية وغير الحقيقية ،

وتفهمها أنها تملك الكثير من الصفات التى ترغب فيها .. وإذا رغبت فى أن تتخلص زوجتك من صـــفة لا تعجبك ، أشر إلى تلك الصفة فى حديثك ، ولكن بطريق غير مباشر !

اصطحبها للغداء فى الخارج .. إن المرأة تشعر بنشـــوة وزهو ، وبأنها محبوبة ، إذا دعاها زوجها إلى الغداء فى مطعم بين وقت وآخر .

واشركها فى هواياتك واهتماماتك .. لا تجعل عالمك عالمـــا مغلقا تحظر على زوجتك دخوله : أشركها فى كل شىء . ولكن بالقدر الذى لا يجعلها تنشغل عنك أو عن البيت ..

تجنب الجدل : فالجدل عقيم فى الحيـــاة الزوجية ، ويدل على قصر نظر الزوجين ، وخاصة الزوج .. والجدل مع المرأة لا جدوى منه حتى لو استخدمت المنطق ، لأن المرأه لا تعرف المنطق . إن منطقها العواطف .. وإذا ثارت زوجتك فاتركها حتى تهدأ ، وهى سرعـــان ما تهدأ ، لأن ثورة المرأة أشـــبه بعواصف الصيف : عنيفة ، ولكنهـــا قصيرة الأجل !.. وإذا ما بدأت الدموع تنساب من عينيها ، اتركها بحجة عمل عاجل ، ولكن أظهر لهـــا شيئا من التعـــاطف . وتذكر أن العطف والاهتمام بزوجتك يحـــلان كثيرا من المشـــكلات ، ويجنبانك الجدل العقيم معها ، والزوج الأنانى الذى لا يراعى شـــعور زوجته ، ولا يفكر إلا فى مصلحته ، سرعـــان ما ينهار بيته ..



ومفاتيح اخرى للحب

فى الفصول السابقة التى نشرت من هــذا الكتاب « ابواب الحب المغلقة » ، عالج المؤلف — وهو رجل الدين والنفس والمجتمع — عددا من « المفاتيح » التى تفتح مغاليق القلب البشرى لاجمل واسمى عاطفة فى الوجود : عاطفة الحب .. وقــد دلل على آرائــه فى الفصول الاولى بامثلة من غراميات اربعة من البارزين فى التاريخ ، هم : دانتى وملهمته بياتريس ، والاديبــة الإنجليزية جورج اليوت وعشــيقها .. ثم حدثنــا فى الفصول التى تلتها عن : الطــريق إلى الحب ، وعن الغيرة ، واقنعه الغش والخداع ، والتهوس فى الحب، .. مستشهدا بامثلــة جديدة من عواطف وتجــارب : المسيح ، ومحمد ، ثم اوليفر كرومويل .

وفى هذه الفصول الاخيرة من الكتــاب يتابع المؤلف بحثه فيحدثنا عن الحب والطموح .. والحب والمال .. ثم الحب وفوارق الطبقات .. إلى آخر ما ستقرؤه فى الصفحات التالية :

الحب .. والطموح!

من المؤلم حقا ان نرى بعض الأمور تنقلب إلى « مصائد » فى حياة بعض الناس ، وان هذه المصائد لا تلبث ان تحتوى

هؤلاء الناس وتحتبسهم فلا ينجون منها إلا بمعجزة .. ولعل الاكثر إيلاما ان نرى المرء ينســاق إلى المصــيدة فى سذاجة وبراءة وحســن نية .. وهذا ما يحدث كثيرا بين الأزواج !

ولنضرب لذلك مثلا بالطموح .. فالطموح إذا سيطر عليه الإنسان صار هبة إلهية ، اما إذا افلت عنانه من الإنسان ، فانه ينقلب إلى امر خطير ، ذى نتائج تدعو إلى الاشفاق ..

وإنك لتجد الزوج ينصرف إلى عمله بكل فكره وقلبه ، من اجل خير زوجته الحبيبة واولاده .. فاذا عكر عليه احد هؤلاء صفو استغراقه فى العمل ، غضب واغتاظ . ومن شــان هذا الغيظ وذاك الغضب ان يلقيا على بيته ظــلا من الخــوف والارهاب قلما يفطن إليه الرجل فى غمــرة العمل .. وذلك لا يعنى انه لا يحب زوجته واولاده ، ولكنه يضع العمل اولا . فان الطموح يصير عنده لونا من العبادة .. ومن ثم فانه يفرغ للسعى إليه صباح مساء « حتى فى ايام الراحة !

وللنســاء ايضا مصائد تأسرهن ، فلا تتحقق الزوجة انهــا حبيســة المصيدة إلا بعد ان يكون الباب قد اغلق خلفها .. ولقد يثور الفار إذا ما ولج مصيدة » اما المراة الطموح فلا تكــاد تحس بانها حبيســة .. بل ان من النساء من كان يخلق بها ان تولد رجلا ، او من لم يكن يجدر بها ان تتزوج ، لانهــا تدع طموحها فى الحياة العامة ، وفى مهنتها ، يتقدم على ما لزوجها من مطالب شرعية !

ويقول جوته — الشاعر الالمـ... والحب جناحان يسموان بالمرء إلى جلائل الأعمال ... يفتــن

« الحب » بـ « الطموح » .. اى أنه ، بما اوتى من صفاء ذهن وبصيرة ، عبر فى جملة واحدة عما نسعى لشرحه : « فالمرأة قد تشعر بالعظمة فى كنف زوج عظيم ، ولكنها إذا لم تحظه بحبها فى جولاته فى سماء المجد ، فان طموحه لن يلبث أن يسلمها إلى برودة وحرمان .. ومن ثم ينشط طموحها لينتقم لها ، وقد يدفعها إذ ذاك إلى الانحدار بدلا من الارتفاع » ..

والواقع أن طموح الرجل ، إذا لم يقترن بالحب ، كفيل بأن يقتل حب زوجته وأسرته ، إذ يجعل منه صورة حية للبخل والجشع .. وليس فى الدنيا طموح يعوض صاحبه عن حب أولئك الذين يجب أن يحيط حبهم به فى الحياة .. بل إن جده واجتهاده إذا جعلاه ينأى بعقله وجسمه عن أسرته ، لا يلبثان أن يجعلا من العمل عبئا ثقيلا مضنيا .. إذ ما قيمة أعظم الأعمال إذا لم يجد الرجل حوله من يكافئونه عليها بالعرفان والحب والاجلال ؟.. ومن أقدر على ذلك من زوجته وأولاده ؟.. لذلك كان لزاما عليه أن يوفق بين سعيه إلى تحقيق آماله — من أجل نفسه ومن أجلهم — وبين إعطائهم حقهم من الرعاية ..

وكم رأينا من خطوبات تفصم ؛ لأن طموح الرجل قد صرفه عن أن يعنى بفتاته المختارة ؛ برغم حبه الصادق لها !.. أعرف صديقا مفرط الذكاء ، مولعا بالأدب القديم ؛ ويوشك أن يسجل لنفسه مكانة مرموقة فى عالمه .. وقد روى لى القصة التالية :

« وقعت فى الهوى فى الوقت الذى بدأ فيه يراودنى الطموح إلى أن أكون الحجة الأولى فى الآداب القديمة جميعا .. ولم أرد أن أضيع أحد الأمرين من يدى ؛ فقررت أن أدرس الأدب فى المقابلات التى دبرتها مع فتاتى قبل أن نعلن خطبتنا رسميا .. وكان لقاؤنا الأول فى قاعة الجلوس بدارها ، وقد أخلى لنا أهلها الجو استنادا إلى أننى الخطيب المنتظر .. وجلست الفتاة فى أحد طرفى الحجرة ، بينما جلست فى الطرف الآخر . وبدأت أقرأ لها من « هاملت » فى إلقاء سليم راق .. وحرصت على أن أختار أروع المواقف .. وشد ما كانت دهشتى ، حين تطلعت إلى فتاتى — فى سياق القراءة — فإذا بها تتثاءب .. وتبينت أننى استغرقت ساعتين فى قراءة متواصلة ، وكنت مرتبطا بأعمال هامة ، فاستأذنت للانصراف فى عجلة ، بعد أن اتفقنا على لقاء آخر ..

« وذهبت فى المرة الثانية متأبطا كتابى .. وما أن هممت بالقراءة حتى تبينت أن الفتاة قد تسللت فى سكون .. وفتح هذا عينى على الموقف .. فلما عادت ، تركت كتابى جانبا ، وجلست بالقرب منها .. ولن أثقل عليك بتفصيلات يغنيك عن سماعها أننا منذ ذلك الوقت ننعم بالسعادة معا ! » .

وهكذا كان هذا الصديق محظوظا ، إذ تدارك الأمر قبل أن يقفل دونه باب المصيدة .. ولكن سواه قد لا يؤتى هذا الحظ !

خطورة التقلب و « الطموح » فى الحب !

وللحب بدوره طموح .. وهو [illegible] جبار

إذا تمكن .. فكم من شاب فاتن ، تهفو إليه كل فتاة ، ولكنه لم ينل فى الحب توفيقا .. لأنه أخذ يتقلب بين الفتيات ، يجربهن كما يجرب المرء عددا من أربطة الرقبة لكى يختار أحدها !.. ذلك لأنه يصبو فى توجيه حبه إلى صورة طامحة فى ذهنه ، وينسى — أو لعله يجهل — ما فطرت عليه المرأة . وما ينطوى عليه التقلب بين النساء — كما تفعل النحلة إذ تتنقل بين الزهور — من أخطار تنتهى به إلى أن تنفض كل النساء ويعرضن عن حبه ، ويتركنه يقضى العمر وحيدا .. محروما .. مهجورا !

وهذا الصنف من الرجال الذين أوتوا فى الحب طموحا ، يجهلون هذه العاطفة المحوطة بغلائل الغموض .. يجهلون أنها حين تأتى فإنها تأتى مباغتة ، مفاجئة ، تهز الكيان هزا لا يبقى معه سبيل إلى تجاهلها ..

والواقع أن التحليل العلمى بما أوتى من أساليب وطرق ، لا يستطيع مع ذلك أن يفسر كنه الحب .. إنه حلم يصاب اللسان بعده بالعى آونة من الزمن .. حلم جميل جمال جناح الفراشة ، بألوانه الزاهية ، وخفقاته الرشيقة .. ومن لم يدرك الساعى إليه حقيقة سره ، فإنه يبقى العمر أسير حياة مغلقة الجوانب ، محدودة الآفاق !

إن الحب ليس بالوهم الخيالى .. إنه ملاك ينفذ إلى النفس ليسيطر على كل ما يختلج فيها من مشاعر وأحاسيس ، وينفرد بالسيادة عليها .. ثم يكون له البقاء بعدها .. وهناك مثل يقول : « لئن تحب ثم تفقد حبك خير من ألا تحب إطلاقا »

.. ذلك أن الحب يطبع على الذاكرة صورا ذات ألوان لا يخبو لها رواء ولا تحيل لها بهجة ، بل أن الزمن لا يزيدها إلا جمالا .. حتى إذا انصرم العمر، وأخذت ذكريات الحياة تتلاشى رويدا ، بقيت ذكريات الحب معلقة بخيوط من حرير على أبواب الماضي وجدرانه ..

ومن الطموح ما يبدو براقا ، ثم لا يلبث أن يكشف عن زيف .. ولكن بعد أن يكون قد نأى بك عمن يمنحونك الحب خالصا — والحب الخالص خير من المال والجاه وكل عرض دنيوى ! — ولا شك أن مثل هذا الطموح مغرر ، خادع .. إنه يرسم على محياك نوعا من الترفع أو عدم الاكتراث ، يصرف من يحبونك عن ملاحقتك بحبهم .. وهو فى الوقت ذاته يقودك حتى ينتهى بك إلى صحراء لا تلقى فيها جزاء ، اللهم إلا الجوع والعطش ..

ولكن الحب أعقل من الطموح وأكثر حكمة .. فالحب يفتح أمامك الأبواب ، ويمهد السبل ، ويرقى بك قدما ، فى حين أن الطموح لا يتورع أحيانا عن إغرائك بمحاولة أن تزيح عن طريقك من قد يعترضك ، بأية طريقة تسعفك ، فى سبيل الوصول إلى غايتك !.. وقد جاء فى أحد الكتب القديمة أن « القاتل هو الشخص الذى لا يحب ، والذى يستر أعماله الإجرامية بأكاذيب وأعذار مسبوكة ، يخدع بها الناس » .. ولكن نسيج هذه الأكاذيب لا يلبث أن يبلى ، فيجد صاحبها جهوده تهوى وتنهار .. وإذا الحفرة التى حفرها لمن كان يرجو أن يزيحه عن طريقه ، تستقبله هو [illegible] وهذا

هو العقاب الذى لا مفر منه للطموح الذى يقترن بأهداف خاطئة .. وهذا هو المبدأ الذى يسود شئون البشر .. « من حفر حفرة لأخيه وقع فيها » !

وهذا المبدأ ينطبق على الحب أيضا انطباقه على الطموح . وكم رأينا من شاب ماهر . بارع ، يحاول ان يزيح عن طريقه إلى قلب فتاة غريما ؛ فاذا هو يعمد إلى الدس . والوقيعة . والوشاية . والنميمة . وألوان الكذب التى تبعث الهواجس والمخاوف .. مثل هذا الحب يشاهد فى مختلف طبقات المجتمع ، وإن تباينت اشكاله .. فهو فى الطبقات الدنيا يتجلى صريحا فى قسوة .. بينما نراه فى الطبقات العليا مغلفا بأستار من الرقة المهذبة المتقنة !.. ولكن الغلبة دائما للحب الصادق .. فهو ينتصر فى النهاية ، ويترك صاحب الطموح منبوذا ، محسورا ..

إن الحب هو الاحساس الاول والأساسى فى القلب البشرى .. ونحن إذ نسىء علاجه إنما نسىء إلى انفسنا .. فان الأنانيين الذين يسعون إلى سرقة الحب إرضاء لأنفسهم إنما ينسون أن ليس للحب من دواء ، وانه قط لا يتنحى ليدع الطموح يقتله أو يحل محله على عرش العواطف .. ولقد قال موليير يوما : « صدقونى أن اعظم ما ينبغى ان تطمع إليه النساء هو ان يوحين بالحب » !.. وهل ثمة معجزة للمرأة فوق الهام الحب ؟.. الحب الحقيقى الصادق ، لا تلك العواطف العابرة والنزوات الطائشة .. وإذا كان هذا شأن الحب بالنسبة إلى طموح المرأة ، فهل من العدالة ان يسمح

الرجل لأى طموح بأن يمتص هذه العاطفة ويترك قلب المرأة جائعا ظامئا ؟

والواقع ان القسط الأكبر من السعادة المنزلية ينبع من الحب .. ولكن الرجال فطروا فى الغالب على الأثرة والاهتمام بأنفسهم . واعتبار كل فرد فى المنزل مكلفا بأن يسهر على خدمتهم .. ولعل الباعث على ذلك أن الرجال يحشون رؤوسهم طيلة النهار بشئون العمل والكسب ، فاذا فرغوا منها عاد الواحد منهم إلى داره فخلا إلى نفسه ، أو سعى إلى صحبة أصدقائه خارج البيت .. ولو درى لأدرك انه بذلك إنما يضيع على نفسه مسرات لا يعدلها شىء .. فما أحلاها من سعادة ان يسعى إلى إدخال السرور على نفس زوجته ونفوس اولاده ..

النصف « الأفضل » !

رأيت ذات صباح فى «دربان » — باقليم ناتال بجنوب إفريقيا — احد الأهالى الإفريقيين ، يسير معتمدا على عصا ذات يد معقوفة ، فى تمهل واعتداد مزهو .. وخلفه ، وعلى مسافة منه ، سارت اربع من زوجاته .. وكان يلتفت من آن إلى آخر ليلقى اليهن اوامره ، فكن يطعن تعليماته فى ذلة ؛ دون أن يبدين شيئا من العاطفة نحوه ، كأنهن بقرات ذلولات .. وكأنه بالنسبة لكل منهن « النصف الأفضل » أو «الأحسن» .

وكان الرجل فى مشيته وتصرفاته يذكرنا بما كان [illegible] فى الماضى يزعمونه لأنفسهم من « حق [illegible]

.. وكان المنظر كله صورة من حضارة قديمة تشوب رقعة الحياة الحديثة ..

ولكن ، إلى أى حد كانت العناصر : الإنجليزى والأمريكى واللاتينى والجرمانى . تقلد العنصر الإغريقى فى هذا ، وإلى أى حد هى ماضية فى تقليده ؟

لقد كان الرجل إلى عهد قريب يسيطر على مال زوجته بموجب الزواج .. وكان ينفرد بحق التصويت والانتخاب .. بل إن الزواج لا يزال فى فرنسا يبيح للرجل أن يتصرف فى مال زوجته .. وللرجال فى كثير من بقاع العالم سلطان يتجاوز هذا الحد .. وهذا السلطان الذى يعززه القانون يستمد فى أصله من نفس المصدر الذى يستمد منه الإغريقى سلطانه ؛ بيد أن الإغريقى الذى لم تشرق بعد على بلاده شمس الحضارة جدير بأن يعذر . أما الغربى الذى يزعم أنه متحضر ، فلا عذر له .. ولا سبيل إلى الصفح عنه .

وبغض النظر عن النواحى الشرعية والقانونية التى تسند « تفوق » الرجل على المرأة ، فإننا نجد أن روح ذلك الإغريقى مسيطرة على كثير من البيوت فى الدول المتمدينة ، فإن « رب البيت » هو السيد ، الذى تستحيل كلمته إلى قانون ، والذى يباح له أن يملى ، وأن ينتقد ، وأن يتوقع الحب من الجميع برغم ذلك ، ومن ثم يشكو إذا لم يلق ذلك الحب ..

ومن الصحيح أن من الزوجات من تتخذ هى هذا المسلك إزاء زوجها ، ولكن هذه حالة نادرة ، شاذة ..

ولا يدرى الرجل أن إظهار « سلطانه » فى «داره» هو أكبر خطأ يرتكبه فى حياته ، إذ أنه يسد أذنيه عن أن يسمع أزيز باب الحب وهو يتحرك رويدا .. ليغلق دونه فى النهاية ! — ومن عجب أن يشكو الرجل بعد ذلك من الضجة التى أحدثها الباب وهو يغلق .. وأن يعجب ، لم لم يبق الباب مفتوحا ؟!

والواقع أن فى فرض السلطان — مهما ضؤل — تدميرا لمجرد مبدأ الشركة الذى تقوم عليه الزيجات .. والسلطان يتضخم من تلقاء نفسه وينتفخ ، حتى يصل إلى أقصى مداه . فينفجر مدمرا نفسه .

وبينما نجد أن النفس المطبوعة على الود والمحبة تكتسب فتنة تتفتح لها الأبواب .. نجد أن « الترفع » أو « التعالى » يثير التمرد ، ويبعث النفوس على الصلابة ، والنفور .. إذ أن من العسير أن نحب الشخص « المتعالى » لأن فى إصراره على فرض سلطانه إشعارا لنا بنقصنا ..

والرجل الذى يرى أنه « النصف الأفضل » فلا يفتأ يذكر أن الله خلق النساء « قوارير » . وفضل الرجال عليهن ، ينساق إلى الحماقة دون أن يدرى . ويذكى فى نفسه الزهو والغرور دون أن يفطن .. فكيف لامرأة أن تبقى على حب مثل هذا الرجل ؟.. لعلها إن هو سكت أن تكشف من نفسها نواحى تفوقه وامتيازه فتكبرها فيه وتكبره من أجلها .. ولكن زهوه كفيل بأن ينفرها منه !

والوسامة لدى الرجل : كالجمال لدى المرأة ، كلاهما [illegible] يبعث الغرور .. وينسى كلاهما أن عواقب [illegible] أن [illegible] تقضى

على هذا العرض الظاهر .. وأن الحب لا يعلق بالمظاهر وإنما هو يتغلغل إلى ما في الأعماق من ميزات ..

إن الزهو والغرور أس كل خطأ وخطيئة ، ولا يمكن أن يقترن بحسن الخلق ولا طيب الشمائل .. ولكن ثمة زهوا آخر ، تتقبله المرأة راضية ، وتفخر بأن تشاطر رجلها إياه .. ذلك هو الزهو بالشرف وبالمواهب الفاضلة .. ومن طباع هذا الزهو أنه لا يعلن عن نفسه بالعجرفة والسيطرة والأمر والنهى — وهى المظاهر الإعلانية التى تدفع باب الحب ليغلق فى عنف ودون إنذار !

وكم من امرأة انسحبت من معركة الحياة كسيرة القلب من جراء ما يصبه عليها « النصف الأفضل » من انتقاد لا يقوم على حب ، وإنما قوامه الشعور بالسيادة والغرور .. وكم من رجل طلق الكفاح فى الحياة بسبب لسان زوجته الحاد المسنون !

ومع ذلك ، فإن هذه المآسى سهلة العلاج فى بدايتها .. وذلك إذا أحللنا الحب محل البغضاء ، والعطف محل الانتقاد ، والمعونة والتعاون والتشجيع محل المعارضة والتأنيب !

وخير نصيحة لأى خطيبين أو زوجين هى أن يحرص كل منهما على الحب حين يقدم إليه ، حرصه على صندوق نفيس يضم أنفاس الحياة .. ولينشق من عبيره حتى يملأ قلبه .. فالحب يدعو إلى التسامح والصفح .. وقد قال المسيح ، وهو المتسامح الأكبر : « من أجزل الحب ، أجزل له الغفران » ..

لذلك فلا تدع الرغبة فى فرض إرادتك تطغى عليك ، ولا تدع الشعور بالتعالى والتفوق والأفضلية يسيطر على تصرفاتك ويوجهك فى علاقاتك بـ « النصف الآخر » .. فإن هذا يؤدى بك إلى الفشل والخيبة .. أما « الحب » فلا ينتهى قط إلى حسرات !

الحب والمال !

لم يبق شىء لم يقل فى ذم المال والثراء ، برغم أن النقود أصبحت فى مجتمعنا الحديث من الأشياء التى لا غنى عنها .. ومن هذا الذى قيل : أن « المثرى إما شرير أو وريث شرير » ، و « المرأة الغنية لا تطاق » و « المال يفسد الخلق الطيب » و « يخلق الكبرياء ويقضى على التواضع » و « لا قناعة فى الثراء » وما إلى ذلك من أقاويل .. ولكن الواقع على العكس من هذا كله ، فلا شىء يماثل قيمة المال « إذا » أحسن استخدامه !

على أن فى الحياة أشياء أخرى لا تقل عن المال قيمة ، إن لم تفقه ، فالحياة بدونها جافة ، خاوية .. ومن هذه الأشياء : الحب ، والمرح ، والذكاء ، والشخصية ، والرفق ، والرحمة .. فهذه كلها أعظم من المال وأبقى .. إذ أن المال قد يذهب ، ولكن الحب لا يذهب قط ، ومهما تجاهلته ، أو أسأت تقديره ، فإنه لا يلبث — إذا ما عدت إلى تقد[illegible] ..
والمال قد يسهل جمعه إذا [illegible]
لذلك ، وليس هذا شأن الحب [illegible]

بستان القلب .. بل إنه كالنسمات لا تعرف كيف تهب ، ولا متى ، ولا من اى الجهات .. وعندما تتجرد من غلائل الحياة الزائفة ، فان الحب الذى أولاك اياه رجل أو امرأة أو طفل يبقى ليرسل عليك ضياءه خلال حطام الحياة المادية ، فيكشف لك عن الجانب الروحى من الخليقة ، ويبين لك ان تلك الحياة المادية ليست إلا عرضا زائلا ، وان وراءها ما هو ابقى واكثر دواما .. وراءها الخلود !

زرت مرة قصر أحد أصحاب الملايين ، فراعنى ما رأيت فيه من مظاهر الرفاهية والعز .. وكنت اعرف الرجل منذ الصبا ، إذ كنا صديقين ، وكان إذ ذاك فقيرا ، لطيفا .. ولكن طموحه صرفه عن أن يتقرب إلى اية امرأة .. وإن كنت قد عرفت امرأة احبته حينذاك حبا خالصا ..

ومع أنه أصبح فى كبره من الثراء بحيث يستطيع ان يتزوج ، إلا انه لم يجد بين نساء الطبقة التى أصبح ينتمى إليها من تحبه عن اخلاص ، فقد كان جاف الحديث ، دائم الجد ، نادر الابتسامة .. ولم يكن يجد فى مشكلات الوجود ما يستثير اهتمامه ، ولا كانت شهقات الإنسانية المعذبة تخرجه عما راض نفسه عليه من عدم اكتراث ..

ووجدته حين زرته يتشاجر مع سكرتيرته من اجل عدد من كشوف الحساب لم يتجاوز مجموع المبالغ التى تضمنتها بضعة جنيهات .. ثم انقلب يشكو من أن احدا لا يحبه ويشفق عليه ، ومن انه وحيد ، حتى أصبحت الحياة فى نظره « لا تطاق » .. وزفر فى اسى وقد بدأ يستعيد ذكريات الماضى ،

ثم قال « آه .. هل تذكر أيام الصبا ؟ .. هل تذكر فلانة .. ؟ لقد كانت تحبنى ، وقد لمست الحب منها حقا ، ولكننى انبأتها بأننى لا انوى الزواج ، ورحت اتفادى كل ما يشجعها على ان تكشف عن عاطفتها .. تصور ! .. يا إلهى » !

وانحدرت دمعة على الوجه الذى كان يبارى الصخر فى صلابته .. واستطرد قائلا : « انى لأتمثلها الآن أمامى ، برغم أنها قد ماتت .. اننى ما زلت احتفظ برسائلها واعتبرها المصدر الوحيد للتسرية فى وحدتى .. ولو انها كانت على قيد الحياة لغمرتنى بحبها .. ولأحببتها .. ولكنى الآن لا اجد من يحبنى ! » .

مسكين ! .. لقد تبين أن الحياة لا تطاق بلا حب ، وأن الحب افضل من الثراء ، ولكن .. بعد فوات الوقت !

وانت ترى ابناء العمال لا يكرهون شيئا فى الغالب قدر ما يكرهون مساء يوم السبت من كل أسبوع ، لما ينشب من مشادات بين الآباء والأمهات حول النقود .. ولو اننا تنقلنا بين الطبقات لوجدنا المال محور اغلب الخلافات ، حتى فى ارقى الأوساط .. فهو اساس كل شر ، وإذا ما دخل فى العلاقات بين الرجل والمرأة ، فقل على الحب السلام ، لأنه إذ ذاك يطير من اقرب النوافذ ..

اما حين يتاح للحب ان يحكم ويفصل ، فإن أسوأ ألوان الشقاق سرعان ما ينتهى إلى وئام .. فالحب يصنع كل شىء .

حذار من التشاؤم !

ومن الأسباب التى تجعل الحياة لا تطاق : أن يستسلم المرء للتشاؤم فى كل الأمور .. وقد يكون للأعصاب أو المزاج أثر فى التشاؤم ، ولكن السبب الأكبر فيه يرجع إلى عجز الناس عن أن يولوا وجوههم شطر الجانب البهيج من كل أمر ، وعن يطهروا عقولهم من الخرافات والخزعبلات ..

إن المتشائم ليقرأ الصحيفة فى الصباح ، فلا تجتذب عينيه سوى أنباء الانتحار ، والاغتيالات ، والزلازل ، والأوبئة ، والحوادث المؤلمة .. وإذا نفسه تعاف الفطور ، وإذا شعور يتسلط عليه بأن حدثا مؤسفا لابد محدق به فى يومه .. لأنه يقصر النظر على الجوانب المعتمة من الأمور ، ولو أنه نظر إلى الجوانب البهيجة لرأى كل شىء بهيجا .. ولو أنه رأى مصائب سواه لهانت عليه مصائبه ..

إن الاكتئاب ، والانقباض ، والحزن ، والأسى، والزفرات ، والتنهدات ، والهواجس كلها عوامل تفعل ما لا تفعله أية قوى أخرى فى تقويض حياة الأفراد والبيوت .. وهى قد لا تكون دليلا على انعدام الحب ، ولكنها كافية لأن توصد أبواب الحب فى قلوب الآخرين .. مع أن من اليسير على المرء أن يقفز من الأفكار المدلهمة إلى الأفكار المشرقة .. فاذا عمك أمر فابحث بعين خيالك خارج الظلام .. تصور المروج الخضر ، ورؤى الطبيعة الجميلة ، فانها تهبك القوة على أن تحول أفكارك إلى النواحى البهيجة .. وهذه العادة قد لا تبدو سهلة فى أول

الأمر ، بيد أنها لا تلبث بمرور الزمن أن تغدو غاية فى السهولة ، ولو شاع استعمالها لما وجدت المحاكم ما يشغل رجالها !.. ولانبعث الضوء فى آلاف البيوت التى خيمت عليها سحب الأسى المظلمة !..

وليس لرجل أن يدخل – بانقباضه – الخوف على قلب زوجته .. وكما أن أية امرأة لا يمكن أن تجد ما يستهويها فى الرجل العابس ، فكذلك لا يستطيع أى رجل أن يحتمل المرأة التى من طبيعتها الاكتئاب .. ولقد يكون الحب فى قلب كل منهما ، ولكن الأحزان والانقباض والعبوس تحيط ذلك الحب ببرود قاتل ..

تلفت حولك فى الطبيعة .. تأمل الفراش بألوانه البهيجة ، والبلابل ، والنجوم اللامعة .. إن الكون طافح بالبشر والفرح والموسيقى .. ولقد أبصر « كارليل » كل هذا ، ولكنه انتهج السبيل الخاطىء ، وترك عسر الهضم ينكد عليه عيشه .. فى حين أن « مارك توين » عانى من المتاعب ما لم تكن له نهاية ، فلم ينتقص ذلك من روحه المرحة الساخرة ، لأنه عرف سر التخلص من الهموم ، واكتشف طريق الابتهاج ..

والواقع أن أسعد الناس هم أولئك الذين يستطيعون أن يتغلبوا على متاعبهم ، فلا يقضون الوقت يفكرون غيظا وزفرات الحسرة تتصاعد من صدورهم .. وإنما يغلبون مرحهم على أساهم ، فاذا لصحبتهم فعل السحر فى أويقات الاكتئاب .. أولئك تتفتح الأبواب جميعا فى وجوههم .. ولعل [illegible] كان من هؤلاء ، فلو أنه لم يرو[illegible] متوعب

الشخصيات المرحة التى كان يلتقى بها ، والاحداث الفكهة التى كان يصادفها ، لما استطاع ان ينتج مسرحياته الضاحكة « الكوميدية » ..

وليس من شيء فى الحياة يستحق التنهدات الحرى .. وخليق بك أن تضن بتنهداتك ، ولو من اجل حب نبذ وقوبل بالإعراض .. فان الزفرات لم تذك وقدة الحب يوما فى قلب بارد .. كما ان اعمق العواطف هى تلك التى تخبأ فى القلب فلا تنم عنها حركة ولا تشى بها زفرة ..

لابد لنجاح الزواج من انكار الذات !

فى اواخر ابريل سنة ١٩٣٣ ، انتحر فى إنجلترا قاض اشاع موته فى الشعب حزنا .. ذلك هو القاضى « مكاردى » ، الذى اشتهر بانه لم يكن يبارى فى سعة افقه ، وخفة روحه ، وبعد نظره ..

ولو ان الأمر اقتصر على هذه المواهب ، ما كان الحزن عاما وعميقا .. ولكن الذى زاد اللوعة ما نشره احد اصدقاء صباه فى صحيفة « الديلى هيرالد » من سر لم يكن احد قد دري به .. إذ أحب « سير هنرى مكاردى » حوالى سنة ١٨٦٠ فتاة ، ولكن القدر ابى عليه ان يتزوج منها ، فهجر « برمنجهام » ، وغير الطريق الذى كان يعتزم أن يسلكه فى الحياة ..

ولم يدر أحد بسره .. ولكن حياته اقترنت بحساسية مرهفة كانت تطغى على افكاره .. ولقد ظهر بعد انتحاره انه ظل طوال حياته يعانى العذاب من جراء غرامه الفاشل ..

ولعل اظهر دليل على ذلك ما كان يصدره من أحكام فى القضايا الزوجية وهو الذى قضى العمر اعزب .. فان الذى يراجع تعليقاته يشعر بأنه كان يحاول — بطريقة لا شعورية ، اى بدون أن يفطن — أن يهون على نفسه الصدمة التى تلقاها فى صدر شبابه ..

قال فى إحدى القضايا التى فصل فيها فى محكمة « ليدز » للاستئناف : « الزواج مجرد عقد يتعهد طرفاه بأن يعيشا معا لإنجاب الأطفال وتاسيس اسرة لصالح الوطن .. ومن ثم فالزواج لا يجعل من الزوجين شخصا واحدا ، لا من الناحية الجسدية ، ولا من الناحية العقلية .. بل إنه — على ضوء ما رايت فى مشاهداتى — لا يؤدى إلى وحدة روحية .. وإنما يعتمد الزواج فى نجاحه على تبادل انكار الذات ، والتضحية .. وعلى الاحترام المتبادل ..

« وبإيجاز : ارى من واجبى ان اذكر لكم فى كلمات أرجو ان تكون واضحة ، إن الرجل لا يستطيع اليوم أن يزعم — تحت ستار الزواج — انه « يملك » زوجته !.. فالمرأة المتزوجة فى هذه البلاد قد اكتسبت حريتها ، فهى مواطنة وليست جارية من الرقيق .. اى ان لها ان تحكم على الأمور وفق ما ترى ، وان تختار الراى الذى يروق لها ، وأن تقرر مستقبلها ومصيرها .. ومن ثم فسعادة الزواج فى هذه البلاد لا تقوم على القانون ، وإنما تقوم على اشياء اخرى .. على الرفق المتبادل ، وعلى المجاملة المتبادلة ، وعلى التسامح المتبادل ، وعلى الإنكار المتبادل للذات .. وفوق كل هذا : على الاحترام

المشترك للالتزام الأدبى الذى يفرضه الزواج على كل من الزوجين ..

« وإنى لأرى ان الزيجات الشقية إنما تتاتى اولا : عن انعدام هذه الأمور ، وثانيا : عن اعتلال المزاج ، وثالثا : عن الأخطاء التى تترتب على الطباع ، ثم .. عن عدم التوافق الجنسى ، رابعا » .

ومن الصحيح ان « الحب » لم يذكر فى نصوص القوانين التى تحكم الزواج .. ومع ذلك ، فاننا نلاحظ ان آراء القاضى « مكاردى » تغاير تلك التى تشيع فى كثير من بلاد العالم فى مهدنا هذا .. وإن كان ثمة كتاب لا يفتأون يخرجون على الناس بآراء متطرفة ، فيزعمون ان « الزنا » لا يجب أن يعتبر ابشع جريمة من جرائم الخيانة الزوجية ، ويدعون إلى اطلاق الحرية لكل من الزوجين فى حياته الخاصة ، ويقولون إن الزواج رابطة تحد من الحرية الشخصية وتقيدها ..

ولقد تعرض الزواج فى جميع العصور للحملات والانتقادات، حتى أصبح من المألوف ان نسمع أنه « شر لابد منه » وان « أوله حلو وآخره علقم » .. بيد ان هذه الآراء لم تجد رواجا اجماعيا لدى الجنس البشرى ، فان الإنسان فطر على السعى إلى الصنو الأليف ، وعلى الرغبة فى التزاوج ، شأنه شأن بقية المخلوقات .. فهذه سنة الطبيعة ، لا للتكاثر وحفظ النسل فحسب ، بل ارضاء لغريزة كل جنس فى رفقة الجنس الآخر والائتناس به ..

إنما المهم فى الزواج ، أن يقوم على الحب المتبادل .. فهو الذى يوفق بين كل اثنين مهما تعددت بينهما نواحى الاختلاف والتباين .. فكم من طويل تزوج من قصيرة ، وكم من بدينة عقدت إليها روح رجل نحيل ، فكانت السعادة هى الجزاء الذى نعم به الاثنان ..

ومن ثم فالزواج — إذا ما قام على حسن الاختيار بين الأليفين — محالفة سعيدة .. بل هو اسعد تحالف فى الدنيا .. وعلى هذا تمتد الأسس الخلقية للزواج ايضا ، بمعنى ان « الطيور على أشكالها تقع » ، فانت لن تجد امراة سليمة الخلق ترتاح إلى معاشرة رجل واهى الخلق .. بل إنها إذا استبانت فساد أخلاقه بعد الزواج ، لا تتوانى فى السعى إلى الطلاق ، ولو اضطرت إلى ان تعمل وتشقى فى سبيل أن تعول أولادها .. وهى مع ذلك تظل وفية لمبادئها الخلقية ، وكأنها ما تزال فى عصمة زوج ..

افلا نلمس هنا حكم الطبيعة ، والضمير ، والشرف ؟.. إنه حكم لا يحتاج لقانون .. وعندما يتكشف الزواج عن مأساة وتعاسة ، تجدر بالقوانين ان تعمل ، لا على التمكين من فصمه فحسب ، بل على تسهيل ذلك ، إذ ان جميع الروابط لا تلبث فى مثل هذه الحال ان تنهار وتتداعى ، ولا تبقى سوى الرابطة القانونية القائمة على « العقد » .. عقد الزواج !.. وهى إذ ذاك لا تصبح رابطة شرعية ، بل تفتقد منزلة إنسانية واجتماعية .

ولقد خرجت من دراساتى للزيجات والحياة الزوجية بهذه النصيحة : « صن حبك الأول ، والكرامة الأدبية للزوجية ، تعش سعيدا موفقا .. أما إذا تخليت عنهما ، فلن تلبث الأبواب أن تغلق دونك .. وتبقى فى وحدة قاسية موحشة » !

والأوضاع الاجتماعية كثيرا ما تنطوى على حواجز شائكة تفصل بين الرجل والمرأة .. فكم من نكبات ومآس ترتبت على ما يسمونه « المركز الاجتماعى » ، لا سيما إذا كانت الفتاة من طبقة أقل شأنا من تلك التى ينتمى إليها الفتى .. فإذ ذاك ينسى الأب أن ابنه هو الذى سيتزوج الفتاة ويربط حياته بحياتها ، وأن من حق الابن — وهذه حاله — أن يختار الشريكة التى تحلو له ..

ينسى الأب ذلك ، فيعترض على اختيار ابنه ، ويأخذ فى محاولة أن يثنيه عن عزمه ما استطاع إلى ذلك سبيلا ، ويروح يغلى ويفور .. وتنضم إليه الأسرة فى موقفه .. ويتحمس لغضبه الأهل الأقربون والأبعدون .. على أن الحب لا يلبث أن يحسم النزاع والمعارضة .. وقد تصفح الفتاة عمن أساء إليها ، لكنها لا تنسى إساءته قط .. فإن انعدام الذوق والإدراك السليم عند أهل زوجها ، يترك أثرا فى نفسها !

الحب وفوارق الطبقات !

وعلى العكس من ذلك ما حدث فى ٢ يونيو سنة ١٩٣٣ . حين زفت « دوروثى نورث » إلى « روبن ديكنز بورتشير هوكسلى » .. كانت الفتاة فى الرابعة والعشرين من عمرها ،

قضت ثمانى سنوات تعمل خادما .. وكان الفتى فى الثانية والعشرين من عمره ، حفيد السير هنرى ديكنز ، وحفيد ابن تشارلس ديكنز الأديب والروائى الخالد الذكر ..

ولقد قالت الفتاة لصحيفة « الديلى ميل » فى يوم الزفاف : « ذهبت بالأمس لمقابلة ليدى ديكنز ، فكانت غاية فى اللطف ، وقد سألتنى عن المدة التى قضيتها لدى الأسرة التى أخدمها الآن ، فلما ذكرت لها أنها ست سنوات ، قالت إن هذه خير تزكية لى كربة بيت .. ولقد أهدتنى أم روبن نسخا من الطبعات الأولى لكتب ديكنز وقالت إنها ستحضر الزفاف » .

وهكذا أظهرت ليدى ديكنز حكمة صافية .. ولكن ، كم من آباء تعمدوا التخلف عن حفلات زواج أبناء لهم أو بنات ، ثم انتهوا بعد سنوات إلى الاعتراف بخطئهم !

ذلك لأن الفوارق فى الأوضاع الاجتماعية تعمى الإنسان عن أن الحب أعظم ما فى الحياة .. وليس أدل على ذلك من القصة نرويها فيما يلى « بعد تغيير اسمى بطليها لأنهما ما يزالان على قيد الحياة :

خطبت فتاة ذات نسب وثراء ، إلى شاب غنى كان كل همه أن يضم ثروتها إلى ثروته .. وكان يسرف فى احترامها ومجاملتها ، ولكن الفتاة لم تستطع أن تقنع نفسها بأنه يحبها ..

وذات يوم ، اكتشفت الفتاة أن [illegible] .. وجرؤ الشاب على أن يصارحها [illegible] صادق .

أذهلتها .. وفى سورة الغضب لجرأته : أنذرته بالفصل من خدمتها : أمهلته أسبوعا ليبحث عن عمل آخر .. فكان جوابه فى إخلاص وصدق : « أننى فقير ، ولكننى أفخر بأننى لم أكن طامعا فى مالك .. وإنما منذ سنوات أبغى أن أنالك أنت » .

ولمحت الفتاة وهى تنصرف ، دموعا تترقرق فى عينيه !

ولم تنم ليلتها .. فقد فطنت لأول مـرة إلى أن خطيبهـا الثرى ، لم يعرب لهـا يوما عن الحب .. بل أنهـا لم تسمع حديث الحب من رجل قبل ذاك اليوم .. ومن ثم فان البستانى أيقظ فى نفسها شيئا لم تدر كنهه ولا كان لها عهد به من قبل !

وراحت تتمثله والدمع فى عينيـه .. وترددت فى أذنيهـا أصداء لهجته الجريئة ، الصادقة ، الحارة .. ومضت تتذكر وجهه وملامحه .. وكان وسيما ، حاضراللون ، فارع الطول ، متين البنيان .. وقارنته بخطيبهـا ، وكلمـا أمعنت فى تذكر أوصافه ، ازدادت ميلا إليه .. ولكن ، أيعقل أن تتزوج من بستانى ؟.. مستحيل !.. ماذا يقول أهلها ومعارفها وأبناء طبقتها ؟.. لسوف يسخرون منها ويزدرونها فتفقد مكانتهـا واحترامها !

وظلت هكذا حتى الصباح .. فهبطت إلى الحديقة ، وإذا البستانى أمامها وجها لوجه . وكانت أساريره تنطق بأنه هو الآخر قضى الليل مسـهدا .. وسمعته يقـول فى صراحـة وبساطة :

« إننى لم أذق للنوم طعما ، لا لأننى سأفقد عملى ، وإنمـا لأن الرجل إذا أحب امرأة حبا صادقا فانه لا يقـوى ما عاش

على حب سواها .. ولقد ظللت سنوات أحبك فى صمت .. فكان تصرفك بالأمس صفعة قاسية .. أفتظنين أننى إذا تركت عملى سأقوى على أن أسلوك ؟.. أننى أحبك .. أتعرفين معنى ذلك ؟ » .

ووقفت مشدوهة ، فقد أشعرتها لهجته بأنه أسمى منهـا وأرفع .. وبدلا من أن تستشيط غضبا ، أحست بأن كلماته نفذت إلى أعماق فؤادها .. ومضى يقول :

ــ لقد جعلنى حبك سارقا . فقد تسللت إلى قاعة الجلوس وسرقت صورتك وقضيت الليل أتأملها .. وأقبلها .. ولن أطلب منك سوى أن تدعينى أحتفظ بها .. فهل تسمحين ؟

فى ذلك المساء ، وفـد الخطيب الغنى الراقى متأخرا عن موعده ، فقال مبتسما « آسف لتأخرى .. كنت فى النادى ، وعندما هممت بالحضور تشبث رفاقى بى وألحوا فى أن ألعب دور «بلباردو » .. يا للعنة !.. لقـد أوسعونى سـخرية لحرصى على موعدك .. وراحوا يتندرون بى وبك !.. » .

وأحست باشمئزاز .. وآذت سمعها تلك « اللعنة » التى لفظها فى بساطة كالسـوقة .. وألفت نفسها على الرغم منهـا تقارن بين لهجته ولهجة البستانى .. وتقارن بين هذا الذى فضل أصدقاءه عليها وسمح لهم بأن يسخروا ويتندروا بها .. وبين ذاك البستانى الذى صارحها بحبه فى شبه تقديس .. وبدون أن تدرى ، سمعت نفسها تقول :

ــ آسفة إذ حرمت أصدقاءك منك .. ولكن ، فيم هـذا التكلف ؟.. يحسن بك أن تعـ[illegible] سئمت نفسى التصنع الذى تضطر إليه معى

وتقفز عن مقعده هاتفا فى لهجة خيل إليها انها تنيض قحة : « ماذا » ؟

توقفت متعالية وقالت فى انفة : « لا شيء سوى أنه لا داعى للمضى فى التمثيل .. فلن أتزوج منك » .

— يا إلهى !.. لن تتزوجى منى ؟.. فليكن يا آنسة .. اننى لن أموت كمدا .. وكم فى البحر من صيد .. اجمل واغنى !

واكدت لها عباراته الوقحة أنه ما احبها يوما ، وإنما كان يطمع فى مالها .. وهو الغنى !

ولن اطيل عليكم .. فقد انتهى الأمر بالفتاة إلى الزواج من البستانى .. وتعرضت لعاصفة هوجاء من الانتقاد .. حتى الصحف روت نبأ الزواج كانه فضيحة !.. لكنها لم تعبأ ، بل بادرت إلى تصفية ثروتها ، ونزحت مع حبيبها إلى كندا ، حيث يعيشان الآن فى سعادة مثالية ..

المرأة تشد من ازر الرجل

ولا نرانا بحاجة إلى ان نبين اهمية معرفة كنه الحب وطبيعته .. ولكنا نحب هنا أن نؤكد ان الرجل إذا اعجب بفتاة واطمأن إلى انها تستطيع ان تكون زوجة صالحة ، صار خليقا به ان يتزوج منها ، ولو لم يكن الحب قد استكمل نضوجه فى قلبه لسبب من الأسباب .. ولعل مأساة القاضى « مكاردى » خير عظة وعبرة .. إذ من افظع الأمور ان يعيش المرء وحيدا فى الحياة لا تؤنسه سوى ذكريات فتاة خيل إليه انه قادر على أن يسلوها فيهجرها ، ثم استبان انه إنما كان يحبها حقا !

ذلك لأن الإنسان فى رحلته عبر بحر الزمن ، معرض للزوابع

والأنواء .. ومن الخطر ان يكون وحيدا على ظهر مركب الحياة ، ولكن وجود امرأة إلى جانبه يشد من ازره ويحفز كل القوى الكامنة فى كيانه .. فيحس ان لابد له من ان يعيش لينقذها ، كما تحس هى بأن لابد لها من ان تعيش لتشجعه ..

ولعل القاضى «مكاردى» لو وجد امرأة إلى جواره ما انتحر .. فان مجرد شعور المرء بانه مسئول عن زوجة واسرة ، ومجرد إشفاقه من ان يدخل الأسى على قلوبهم ، كفيل بأن يصده فى كثير من الأحوال عن الانتحار ..

ومصائب الحياة ومتاعبها تتطلب ان يكون الرجل قويا ذا جلد .. ولكن التجارب اثبتت ان الرجل — فى تسعين فى المائة من الحالات — يكون اسبق من المرأة إلى القنوط .. وكثيرا ما يرجع ذلك إلى انه لا يتبع ما تكشف عنه بصيرة زوجته !.. والبصيرة موهبة إلهية لا يستطيع الإنسان ان يعرف حقيقة كنهها — برغم كثرة ما وضعه علماء النفس من تعريف بها — وهذه الموهبة اقوى ، او اوفر ، عند المرأة منها عند الرجل .. وكم اغلقت من ابواب فى القلوب، لأن المرأة تؤمن بايحاءات بصيرتها ، ولكنها تعجز عن ان تجد ما تبررها به ، مما يثير الرجل ، إذ ان الرجال يزدهون دائما بما أوتوه من تعقل وتفكير ..

غير أن من الحكمة حقا ان نحاول أن ندرس تلك القوة الخفية التى توحى للمرأة بالرأى الصائب وإن لم تجد له تعليلا .. فبصيرة المرأة عبارة عن معرفة أو شعور غريزى يمكنها من الحكم على الاحداث والتنبؤ بما قد تنجلي عنه .. ولسنا

ندرى أهى غريزة فطرية أم إلهام مباشر .. فاذا تزوجت امراة أوتيت هذه الموهبة برجل لم يؤتها ، كان لابد من التصادم والخلاف .. إذ ان الرجل فى هذه الحال يضيق ذرعا بنصيحة المراة لانها لا تملك لها تبريرا او تعليلا ..

وعجز الرجل عن أن يفهم طبيعة المراة هو الذى يحيل كثيرا من الأزواج الطيبين إلى شياطين فى بيوتهم !.. وما اصدق المثل الإيطالى القائل : « إذا زلت المراة ، فلابد ان الزوج غير برىء » .. فلقد تتوارى شخصية العاشق فى الزوج ، بعد الزواج « فلا يبقى منه غير « الرئيس » الشرس القاسى .. ولكن إذا كانت الزوجة طيبة محبة ، كانت اثمن ما يملك هذا الزوج فى الحياة ، لانها بما وهبت من عقل وفضيلة ، وبصيرة ، تستطيع ان تتغلب حتى على الشيطان !

من هذا نرى أن ليس فى الحياة ما يغنى عن الزواج ، فهو منحة الخالق ، وهو أساس الحضارة النقية ، ومبعث ارقى السعادات البشرية .. فان العلاقات غير المشروعة ، والزيجات غير الشرعية ، لا تلبث ان تذهب ادراج رياح الأحداث والشقاق ، اما الزواج الصحيح فيبقى ويصمد ..

ابواب « نصف » مغلقة !

على أن ثمة أسبابا خارجة عن طوق الإنسان ، قد تضطره إلى عدم الزواج :

وأول هذه الأسباب هى البطالة !.. فهى تغلق ابواب الزواج ، ومن ثم تخلق نتائج خطيرة ، لا سيما فى الناحية الخلقية .. ولا يعنينا هنا بحث المشكلة ، بقدر ما يعنينا ان

نلقى نظرة على الجانب الآخر منها .. حين يعانى الزوج المتاعب المالية ولديه فى البيت زوجة محبة .. فان هذه الزوجة سرعان ما تنقلب إلى وزير مالية ابرع من انبغ وزراء المالية فى الحكومات ، تستغنى عن حاجات ، وتستبدل ببعض السلع سلعا أرخص ، وتستعين بالرتق والترقيع عن شراء الجديد .. وكل عدتها فى هذا ، الحب !.. إذ أن حب المراة للرجل الذى يحبها ويحب أولادها ، كفيل بان يفعل المعجزات !

وسبب ثان يغلق باب الزواج — نصف إغلاق — يتمثل فى « العجز البدنى » .. وهو يتخذ اشكالا عدة ، ولكنها قلما تظهر او تذاع .. ومع ذلك ، فقل أن سمعنا ان هذه العقبة تغلبت يوما على الحب الصادق الخالص .. ولقد روى لى قس من أصدقائى يوما قصة شاب أصيب بسرطان فى الدم ، فلم يتوان عن أن يصارح الفتاة التى كان يحبها وكانت تحبه ، بأن لا سبيل لهما إلى الزواج .. واستبد بهما حزن طاغ .. وفى غمرة هذا الحزن خطر لهما ان يتجها إلى هذا القس ، فحاول ان يسرى عنهما وان ينصحهما بقبول ما أشار به الأطباء من عدول عن الزواج ، ولكن الحب اشرق فى دياجير الأسى ، فاذا بالفتاة تهب واقفة لتقول لفتاها : « هارى .. اننى أمام الله وأمام خادمه هذا اقسم أن ابقى على حبك ومرضك وطاعتك ما بقيت على قيد الحياة » .

ونكس الفتى رأسه وقد فاض الدمع من عينيه .. فلم يتمالك القس ان قال : « وانا [illegible] القوانين الروحية التى خلقها الله .. فلقد [illegible] » !

وخرجا من حضرة القس زوجين ، فانكبت الفتاة على فتاها تمرضـه ، وتعتنى به ، حتى مات بعد وقت قصـير .. مات سعيدا .. أفبعد هذا مراء فى أن الحب أقوى من المرض ؟.. إنه القوة الوحيدة التى تفتح الأبواب نصف المغلقة .. والأمثلة التى سردتها عليك عن الحب ليسـت من وحى العواطف أو الخيال الشاعرى ، وإنما هى من نتاج أحداث الحياة العملية الواقعية !

الحب من النظرة الأولى ..

يرى بعض الناس أن الحب يحدث من النظرة الأولى ، فاذا لم يحـدث إذ ذاك فلن يحـدث على الإطـلاق .. وهذا رأى بعيد عن الصواب ، ينساق إليه أصحابه لعجزهم عن التفـريق بين الحب والوهم .. فان معظم الخطوبـات — لا سيما بين أبنـاء الطبقات الراقيـة — إنما تنشـأ من « وهم » لا عن عاطفة حقيقية !

وشتان بين الوهم والحب .. فكثيرا ما يلتقى شاب بفتاة جميلة ، فاتنة ، مرحـة ، لعوب ، فسرعان ما يميل إليهـا ، وينشط خياله فيبرز له معالم حسنها ويضخمها ويضفى عليها ما يزيدها رواء وبريقا .. ومن ثم يجد الشاب نفسـه مجذوبا إليها ، فيروح يلاحقها ، ويبادر إلى « خطوبتها » لكى يضمن ألا يحرم من رؤية وجههـا الجميل ، ومن سـماع صوتهـا العذب ..

ولكم تستغل العاطفة الواهمة أشنع استغلال .. فهنـاك

نساء يعشن على اصطياد الرجال عن طريق العبث بالعواطف الواهمة لديهم .. وهناك رجـال مولعون باستثارة أوهـام النسـاء ، ولكن مكر النسـاء أشد وأقوى من مكـر الرجال .. ومن ثم نخير نصيحة فى هذا الصدد أن يراقب الإنسان نفسه ليحول دون أن يستخفه أى وهم.. إن الحب الحقيقى لا يخدع ولا يغر .. ولكن الوهم والخبث والضلال تستطيع أن تحيل الحياة إلى جحيم !

وإن مشاهداتنا فى الحيـاة لتوحى بأن الدولة التى تفقـد احساسـها بقداسـة الزواج ، وتغفل عن حقيقة الحب ، إنما تقطع شرايين حياتها الأدبية والخلقية ، وتنتهى إلى الفساد والانهيار .. ولقد كان من أمجاد الحياة البريطانية فى القرن العشـرين ، ذلك الحب الذى ضربت الأسرة المالكة هناك أروع أمثاله .. فقد كانت أية صورة للملك جورج الخامس والملكة مارى وحولهما أولادهما ، كفيلة بأن تثير عواطف المرء وتجعله يحس بالجو العائلى الذى يسـوده الحب .. ومن ثم كانت الأسـرة المالكة العقدة التى تربط أجزاء الإمبراطورية بعضها إلى بعض .. ولعل أغرب الحقائق التى لمستها هى أن حياة الأسرة المالكة كانت تؤثر على حياة أسرات الشعب .. حتى تلك التى تسكن أحقر الأكواخ .. ذلك لأن للحب إشعاعا .. أو عدوى !

ولقد يجوز أن يحدث الحب من النظرة الأولى ؛ ولكنك قد لا تدركه أو تعرفه أو تحس به .. فإذا ما حدثت المعجزة ، فإنها لا تلبث مع الزمن أن تحدث معجزة أخرى !

هل الحب أعمى ؟

وإنه لمن الجرأة ان نطعن فى صحة حكمة قديمة كتلك التى تزعم ان « الحب اعمى » .. ولكنا فى سبيل إثبات خطئها ، لن نجد دليلا أقوى من ان العواطف التى على النقيض من الحب ، هى العمياء ..

فالكراهية عمياء ، لا تنظر قط إلى الشخص الذى تشهر ضده اسلحتها ، وتعجز عن ان تتبين كيف ان البغضاء والانتقاد لا يلبثان ان يرتدا على صاحبهما مضاعفين .. اجل ، الكراهية عمياء .. لانها تأوى إليها الخداع والخيانة دون ان تفطن .. ولأنها لا ترى يد الغباء وهى تذكى نارها ، ولا هذه النار وهى تشتد حتى تأكلها عن آخرها ، كما تأكل أى نار وقودها !

وتصل الكراهية إلى أوجهـا حين تدب بين شخصين من خدام الله .. أجل ، فان التنافس بين رجال الدين ينقلب احيانا إلى بغضاء !.. والأمناء ، الاشراف ، المخلصون ، هم اكثر الناس عرضة للحسد والحقد .. ولقد كانت اقسى التهم التى رمى بها المسيح أولئك الذين صلبوه : هى تلك التى قال فيها : « لقد كرهونى دون سبب ! » .. ومع ذلك فانه لم يكرههم كما كرهوه ..

وهل ادل على عمى الكراهية من عجزها عن مواجهة النور.

وعاطفة عمياء اخرى من أعداء الحب هى : القسـوة !.. فلقد اعتبرت فى بعض الأجيـال كتصرف من تصرفات الذهن

الطبيعية التى تتسم بالقداسة ، والخير ، والكرم .. ولكنها فى الواقع من بنات الجبن والخسة .. ومن اعجب الأمور ان هذه العاطفة العمياء تعمى الشخص القـاسى حتى ليرى فى قسوته عدالة .. ولقد كان « نيرون » أبعد الناس عن ان يرى نفسه قاسيا ، وهو يتخذ من جثث المسيحيين وقودا للنار .. أو يدفع بهم إلى الأسود فى ملعب روما ليتفرج عليهم الناس .. وما أبشع القسوة حين ترتدى مسوح الدين ، وتمارس باسم الدين !

وكم من عواطف منكرة اخرى تعيش فى العمى إلى جانب الكراهية والقسوة .. فلننظر إلى الحب بعد ذلك .. اننا لن نجد له وصفا خيرا من ذاك الذى اورده القديس بولس :

« الحب يحتمل العذاب طويلا ، ويظل رحيما ..

« الحب لا يحسد قط .. ولا يتصرف فى الخفاء .. ولا يعمل لنفسه .. ولا يسعى إلى شر » .

ولن نجد خيرا من الصورة التى يرسمه عليها الفنانون : جمال ، وفتنة ، ونور ، وإشراق ..

بل لن نجد خيرا من الصورة التى تصوره بهـا الحياة : فهو مبعث الهناء فى مرحلة الخطوبة .. وهو ضوء النفوس فى الزواج .. وهو البلسم الشافى من جراح الحياة .. وهو الملهم الاكبر الذى يفتح العيون على أسمى الحقائق والمعانى ..

أفبعد ذلك يعقل ان يكون الحب .. أعمى ؟!

الحب يؤثر على كيان الدول والحكومات

ومن القراء من قد يخال أن موضوع هـذا الكتاب مجـرد إنشاء فى أسلوب شاعرى عاطفى لا علاقة له بألوان الصراع فى الحياة .. والذين يفهمونه على هذا المعنى ، لم يستوعبوا حقيقة معانيه .. فهو قد تناول الحب والخطوبة والزواج ، وهى لحمة تاريخ المرء وسدته .. بل هى — إذا تأملناها من جميع النواحى — العـوامل التى تقـرر مصـائر الأمم ، والحكومات ، والمجتمعات ، والهيئات .. بله الأسرات !.. وكم من دولة رأيناها تتمزق لأن امرأة استولت على قلب ملكها .. وما عهدنا بكارول ومدام لوبيسكو ببعيد !.. فقـد أدى غرامها إلى تحطم قلب الملكة ، وإلى تحول قلب ابنها عن أبيه ، ثم إلى استخفافه بكل شىء .. وإلى نفور الشعب من ملك استهتر بعرشه من أجل امرأة !

أجل « فإن العبث بالروابط المقدسـة لعب بالنـار ..

والرابطة الزوجيـة قداسـة ذات طابع رسمى فى جميع الشرائع .. ولكن الخطوبة رابطة لا تقل عنهـا قداسة .. ولا تقل عنها فى الوقت ذاته خطورة .. فكم من خطوبة كانت غير موفقة ، من حيث عدم انسجام قلبى صاحبيهـا ، فخلفت آثارا أتلفت حياتيهما .. فما لم يستوثق الخطيبان من أن الحب الصادق متبادل بينهما ، ينبغى ألا يتسرعـا فى اتمـام الزواج .. وليحذرا العاطفة الواهمة التى تتمثل لهما على أنها حب ، وما هى سوى افتتان عابر ..

أما إذا كانت الخطوبة موفقة ، فليكن رائد كل من الخطيبين بذل اللطف والحفاوة والمجاملة ما استطاع .. إنها لن تكلفه

شيئا ، ولكنها قد تنشط الحب الخامل ، أو تجلو العاطفة التى ران عليها الصدأ .. وليوطن الخطيبان نفسيهما على أن يكون الحب حلال كل ما قد يدب بينهما من خـلاف ، أو ينشـأ من مشكلات .. فكم من خلاف أدى إلى فصم خطـوبة .. ولكن الخطيبين لا يلبثان أن يعودا إلى تلاق إذا كان الحب الصادق قائما ..

العودة بعد الطلاق !

وإن تشعب البحث واتساع آفاقه ليجعلانا نشط أحيـانا عن الموضوع الرئيسى الذى نعالجه . .على أننـا حاولنـا ما استطعنا فى الفصول السابقة أن ندلل على صحة الرسالة التى بشرنا بهـا من البدايـة ، وهى أن « الحب شىء حقيقى خالد » .

ولقد أصبحت قضايا الطلاق مادة مألوفة فى الصحف ، فإذا تأملنا التفصيلات التى تنشر عنها ، فإننا لابد واجدون أن معظم هذه القضايا يؤدى إلى إغلاق أبواب الحب فى قلبى الزوجين ، إذ يروح كل منهما يصور الآخر أمام المحكمة والناس فى أسوأ الصور .. فإذا نصحهما القاضى فى النهـاية بأن يحـاولا أن يصلا إلى تفاهم وصلح يعيدان المياه إلى مجاريها ، عز عليهما ذلك ، وازدادا بالطلاق تشبثا !

وكم من زوجين مطلقين عادا إلى الزواج من جديد ، طال وقت الفراق أو قصر !.. ولقد طلعت علينا الصحف من عهد غير بعيد بنبأ زوجين عقدا قرانهما للمرة الثانية بعد طلاق دام خمسـا وثلاثين سنة !.. وكان عمر [illegible] فى هذه المرة

تسعا وستين سنة .. والعروس خمسا وستين !.. وقد نشرت الصحف صورهما فاذا هما فى سعادة غامرة.. فما الذى جرى ؟.. لقد استطاع الحب ان يشق طريقه وان يتغلب !.. فان الحب الصادق إذا وجد ، قد يتوارى لحظات امام هجمات الغضب ، ولكنه لا يلبث أن ينشط ويعمل لينتهى — مهما طال الزمن — إلى تحطيم « حيثيات » حكم الطلاق .. وإلى محو كل الادلة والقرائن وشهادات الشهود .. فهو صانع المعجزات .. ولو انه وجد ما يمكن له من أسباب النمو والترعرع من البداية ، لما وجدت المحاكم عملاء او روادا !

افتحوا الأبواب للحب !

ولن نجد عبارة نختتم بها هذا الكتاب خيرا من ان نقول : « افتحوا الابواب على مصاريعها للحب » !

فانه العاطفة التى لا تعرف الفشل والاخفاق ، والتى تقاوم عاديات الزمن وتصمد لعواصف الحياة .. إنه النور الذى يشق الظلمات ، والرفيق الذى يؤنس فى الوحشة ..

افتحوا الأبواب على مصاريعها للحب .. دعوا الحب يدخل ، وإذ ذاك ستجدون فى كل بيت — بل فى كل نفس — ملاكا يتقدم لكم فى كل يوم وساعة اغصان الزيتون ، بما تحمل من بوادر السلام !



مفاتيح جديدة للحب !

فى الفصول الأولى من هذا الكتاب ـ المنشور فى كتابى السابق ـ عالج المؤلف بعض « المفاتيح » التى تفتح مغاليق القلب البشرى لاجمل واسمى عاطفة فى الوجود : عاطفة الحب !.. وقد دلل على آرائه بامثلة من غراميات اربعة من البارزين فى التاريخ : هم دانتى وملهمته بياتريس ، والاديبة الإنجليزية « جورج اليوت » وعشيقها ..

وفى هذه الفصول الجديدة التى نلخصها لك اليوم من هذا الكتاب يعالج مؤلفه ـ وهو رجل الدين والنفس والمجتمع ـ مفاتيح اخرى لابواب الحب المغلقة .. ويعرج منها على بحث « الاقفال » التى تحكم رتاج هذه الابواب وتوصدها فى وجه الحب ، واهم هذه الاقفال فى نظره : الغيرة !

وهو يستشهد فى هذه المرة بامثلة جديدة من حياة وتجارب : المسيح ، ومحمد .. ثم الزعيم الثائر « اوليفر كرومويل » !

١ ـ الطريق الى الحب

جدير بنا ان نلم إلمامة عابرة بما تتضمنه كلمة « الحب » على بساطتها من طبيعة معقدة .. فلو اننا حكمنا على « الحب »

على ضوء ما يراه الناس فيه عادة ، لخيل إلينا انه عاطفة تباع وتشترى .. وإنا لنرى الرجل حين يحتاج إلى زوجة يجد فى البحث حتى يعثر على امراة يانس من نفسه هوى إليها ، ويزداد كل يوم ايمانا بانه صريع غرامها .. ولكنه لا يلبث بعد قليل ان يتبين انه كان على خطأ .. فكل شيء لم تتاصل جذوره فى الطبيعة ، لابد ان يصير إلى فناء .

والحب لا يحتمل تحليلا . بل يهرب دائما من التقديرات الحسابية .. وهو لا يعيش فى القلب البارد ، فهو ابن الشمس الذى يبث الدفء والنور فى كل ما يمسه .. ثم هو توام الاسى ، وليس فى هذا من ضير ..

والمراة العاشقة تحتمل الاسى دون ان تخرجها لوعته عن لطفها ، فهى تتسامح وتسرف فى الصبر ، ويكفيها لكى تعيش هانئة ان يتوفر حولها جو من الثقة البسيطة : الساذجة ، المجردة من الزخرف والمغالاة .. ولربما تلقت من الصدمات ما لا حصر له ، فلا ترد السيئة بمثلها .. حتى إذا تداعى الرمز الذى وقفت عليه وفاءها ، خيل إليها ان قسطا من حياتها قد فارقها ، ولا تجد حيلة ـ لعجزها عن الانتقام ـ سوى الدمع تذرفه .. وما اروع هذه الكلمات التى قالتها امراة كسيرة الفؤاد ، حين أعدم زوجها وكان قاتلا شريرا : « وسعوا القبر ليتفسح لى كى أدفن معه ، فانه كان مثالا للزوج ! » .

اجل .. لقد رات فيه عين القانون مجرما اثيما .. ولكن عين الحبيبة كانت ابعد نظرا وأعمق تحقيقا .. فالحب لا يعميا

بأوشاب الحياة . لا يحفل بالظواهر الأدبية التى اصطلح عليها الناس ، ولا بالظواهر المعنوية او المادية .. وقد عبر « شكسبير » عن هذه الحقيقة فى (انطونى وكليوباترة) بقوله : « فى الحب نوع من التسول والاستجداء ! » .. ولقد تطغى الضغائن على « الحب » ولكنه لا يلبث ان يسمو فوق الأحقاد .. ولربما صلب ومات فوق صليبه ، ثم سرعان ما يبزغ ثانية فى إشراق ساطع !

هذا هو « الحب » الذى يحيل البيت فردوسا .. ويقيم صرح « إمبراطورية » وطيدة الأركان ، تدوم على الزمن ..

جمال الجسد ليس كل شىء !

ومن الظنون السائدة عن الحب أنه ثمرة الجمال الجسدى .. فان « الشىء الجميل نفحة تبعث البهجة إلى الابد » . ولا مراء فى أن للوجه المليح فتنته ، وللجسد البديع جاذبيته . غير انهما ليسا بالعاملين اللذين يخلقان الحب الدائم .. وقد قيل قديما « لا تحكموا بالمظاهر » ، إذ قد تكون الغانية الجميلة شيطانا مريدا ، والفتاة العادية الساذجة ملاكا رحيما .. وهذه الأخيرة هى التى تبدو لعين المحب جميلة .. فالجمال والتقوى قل ان يوجدا معا ، فى حين ان الجمال والخبث كثيرا الاقتران .. وما حب الجمال الجسدى سوى حب ناقص ، بل هو خيال عابر للسلوى الباقية الخالدة !

والحب الحقيقى لا يحوم حول المظاهر ، ولا يمكن ان يأتى اصطناعا ، وإنما هو يتسلل كضياء الفجر الهادىء ، او ينقض

بغتة كصاعقة تهز الكيان .. وكيفما كانت طريقة مقدمه ، فانه يبقى ويتشبث دون ان تستطيع قوة — ولا الموت — ان تزحزحه !

ثم هو يكره الرياء والزيف ، فلا يصدح بأغاريده إلا لمن يصطفيهم فحسب !.. إنه كالنسمة العليلة ، تهب حين تشاء ، فتبعث اثرا لطيفا يطمئن إليه كل ما يمسه .. فاذا النفوس ترق وتهدأ ، وإذا القلوب تلين وتترفق .. وهو يكشف نفسه فى حياة المرء نتيجة الالفة ويزداد إماطة لقناعه كلما انكمشت الكلفة وتضاءلت .. اما حين يخبو ، فانه يترك صاحبه وقد انهارت فى نظره الأرض والسماء ، وغدا الكون بلقعا .. فى حين ان الحب الزائف ينقلب حين يفتر إلى بغضاء !

الحب « ديمقراطى » !

ومن اجلى مظاهر الحب التى نحاول ان نشرحها هنا ، قوته الطاغية فى خلق المساواة وتوطيدها .. فهو يشق طريقه برغم كل الحواجز ، ليجمع بين رجل وامراة قامت بين مركزيهما فى المجتمع اعظم الفوارق .. وما ان يتغلغل فى نفسيهما حتى يسقط كل حاجز ، وينمحى كل جمود !

ولو اننا تأملنا فعاله لوجدناها فى الواقع معجزات : إذ انه يتخذ فى البداية شكل الرعونة التى لا كابح لجماحها ، ثم يخلق الفضول مظاهره الساخرة ، ثم يوحى بالصمت واصطناع عدم المبالاة .. وفجاة ، يندفع مخترقا كل باب محكم الرتاج !.. وما اجدر هذا الجهد بالرثاء إذا انتهى الى الاخفاق

— وإن كان الاخفاق يشف عن عبقرية الحب ، فما كانت طريقه قط بالمعبدة الممهدة !

ثم — من ناحية اخرى — ما أسرع الحب إلى الفرار إذا طورد فى الحال قبل ان يستقر ويرسخ ، لانه لا يقبل قط ان ينال اغتصابا .. ومن أعجب عجائبه انه كلما اشرف على القنوط — من اثر الصدود — عاد ينتعش ويظفر بحياة جديدة حافلة بالجراة والتحدى !.. وبينما يبدو لنا فى بعض الأوقات خابيا ، يكون فى الواقع فى حالة « استجمام » وتحفز .. إنه حر كالهواء .. وانت قد تصد الهواء حين تغلق النافذة ، ولكنك لا تتخلص منه فى الداخل ، ولا تقضى عليه فى الخارج حيث يظل سائدا !

خداع الحب !

والحب لا يقبل جزاء سوى الحب .. وكثيرا ما تكون حركاته خداعة مغررة . انه كالزهراء — كوكب العشق والجمال — يتالق كل وجهه المقابل للشمس ، بينما يكون شقه الآخر معتما !.. وهو حين يكشف نفسه عادة يكون مزيجا من « الشعور » و « الحديث » المقنع المستتر .. فان له لغته الخاصة الخالية من الحذلقة ، والتى يكمن فى جنافها لطف ، وفى معانيها رواء ، وفى لومها متعة .. ولقد يطرد الحب اى حب آخر ، حتى إذا انفرد بنفسه أحس وحشة وقلقا !

ومن أبرز صفات النساء اللائى يفاجئهن الحب الحقيقى العميق ، انهن يزدرينه موقنات بانهن لم يقعن فى حبائله ، ثم

لا يلبثن ان يدركن انهن إنما كن يحيين فى الشق المعتم من كوكب الزهراء ، حتى إذا واجه هذا الشق الشمس فى دورة الفلك ، تالق فجاة .. فاذا ساكناته مغرقات فى الحب .. وإذ ذاك يعمدن إلى المبالغة وتزويق القول ، لا لشىء إلا مراوغة وتهربا من الاقرار بالحقيقة !.. غير ان الحب لا يكاد يوطد قدميه ، ويذكى جذوته ، حتى يعلن الحقيقة جهارا .. وانك لتجد المحب يعلن فى جراة انه إذا كان الحب خطيئة فمرحبا بالخطيئة .. بل انك لا تجد قوة تصده عن المضى فى حبه ولو انتهى به إلى الهلاك !.. وكم تستشعر المراة المحتشمة الخجول لذة فى ان تستدرج الرجل إلى ان يفضى بما يمنعها الحياء من ان تفضى به ! — او على حد تعبير الشاعر « لونجفيلو » فى إحدى رواياته : « وابتسمت العذراء وسرى فى عينيها الحبور ، وقالت فى صوت مرتجف : لم لا تتكلم انت يا جون ؟ » .

وكم اجاد « تنيسون » فى وصف تضارب احاسيس المراة فى هذا الظرف إذ كتب فى (مرلين وفيفيان) :

« لست ادرى ما إذا كنت أعرف الحب الصحيح » ..
« فما اعرف إلا أننى إن لم احب فتاى » ..
« فلست أعرف سواه جديرا بان احب ! » .

المراة متطرفة .. فى الحب والبغض !

ولكن المراة إذا احبت فلن يكون [illegible] تجود بالنفس فى سبيل الرجل الذى تهواه [illegible] الروح

قادرة على الفتك بالرجل الذى تكرهه !.. ذلك أنها متطرفة فى الاتجاهين !

وأذكر أن فتاة قاضت الملاكم « كارنيرا » — الذى كان بطلا عالميا فى الملاكمة — لأنه أزجى لها الوعود ثم هجرها ، فحكم لها بتعويض ضخم .. وكان تعليقها على هذا الحكم أن أقسمت أنها لن تتردد فى أن تتزوج من خصمها فى اليوم التالى لو أنه عاد إليها ! — إذ كانت الجذوة السحرية ما تزال تتقد فى فؤادها .. فلم تهزها فرحة الفوز فى ساحة القضاء ، لأنها كانت تشعر بأنها خسرت أقدس ما فى الحياة .. لقد طارت وراء الحب فطار منها . ولا قبل لأحد بملاحقة الحب أو اغتصابه ..

بهذه العجالة نرجو أن نكون رسمنا لك صورة عن الحب .. إنه المادة السامية التى تصنع الحياة فى أرقى أشكالها .. وما القصر المنيف بدونه سوى قفص ذهبى ، أما إذا مس أحقر الأكواخ بجناحه السحرى ، فإنه يحيله إلى ركن من الفردوس!

إن موضوعنا متشعب لا سبيل إلى حصره فى نطاق كهذا ، لذلك نحرص على أن نسجل كل شاردة وواردة تساعد القارىء على تأمل هذه العاطفة التى تعد مفتاح كل المآسى والمهازل فى الوجود .. العاطفة التى تجعل المرء يحب غيره قبل نفسه .. ومن ثم فإن الحب الأنانى ليس فى الواقع حبا !

الحب يفعل المعجزات !

والحب الحقيقى يفرض سلطانه على الجسد فى سبيل الخير : ففى وسعه أن يأتى بالمعجزات حيث يخفق الطب أو

وسائل التسرية والترفيه !.. ويكسب الغزوات حيث يخفق كل سلاح !.. ويربح القضايا حيث يفشل كل منطق وقانون .. ثم ، ألم يكن كل نبى يحب أمته حين اصطفاه الله لهدايتها ؟ .. لو أن الأنبياء لم يحبوا أقوامهم ما أضاعوا الوقت والجهد فى إرشادهم ..

وإن المحب حين يتكلم فيفيض الحب فى نظراته ، وحركاته ، ونبرات صوته ، لينقلنا بحديثه إلى عالم آخر . ويحملنا بحرارة الحب على أن نغضى عن كل خطأ فى كلامه .. وكل امرأة قادرة بفطرتها على أن تلمس مدى صدق عاطفة صاحبها من حديثه .. فالحب لا يسمح لأى زيف أو رياء أن يشوبه .. ولعل رجال الدين — لا سيما القسس الذين يتلقون الاعترافات — أدرى من سواهم بذلك .. وإنى ، كواحد منهم ، أذكر يوم جاءتنى فتاة تلتمس النصح قائلة : « هذا خطاب تسلمته أخيرا .. وإنى لحائرة لا أدرى ما ينبغى أن أفعل .. فهلا بذلت لى النصح ؟ » .

وكان فى الخطاب ما يلى : « .. لكن !.. أما إذا كنت تشعرين نحو غيرى بأكثر مما تشعرين به نحوى ، فلا ترددى يا أعز الناس .. » .. وقلت للفتاة : « ألقيه كما تلقين الجمرة من يدك .. إنه لا يفقه الحب !

ونبذته الفتاة .. وأثبت الزمن صدق حكمتها !

وحادث آخر بطله فتى فلاح لم يحظ بحظ وافر .. لكنه وهب خلقا رفيعا .. وشاء له القدر أن يقع فى هوى فتاة

متعلمة : خجل من أن يصارحها بحبه ، فجاء يسألنى ارشادا ، ويقول انها « فى حلاوة السكر » ، فى حين انه هو لا يعدو أن يكون « عسلا أسود » إذا قيس بها !.. وابتسمت على الرغم منى لهذا التشبيه ، ونصحته بأن يكتب إليها ويشرح ليا مشاعره بنفسه ، ثم يسالها أن تسمح له بلقائها .. ولكنه خشى أن تعرض عنه لأنه لا يجيد الكتابة ولا يحسن الهجاء !.. فقلت له : « يا بنى .. اكتب على قدر معرفتك ، وصغ الكلمات كما يحلو لك .. صارحها بلغتك وأسلوبك ، فان ساءها أن تتحدث على فطرتك فثق أن الله لم يقدر لك أن تتخذها حليلة ! » .

واومضت عيناه فى عزم .. وبادر إلى تنفيذ نصيحتى بحذافيرها ، ثم عاد يطلعنى على خطاب هذا نصه بعد تصحيح الأخطاء الهجائية : « عزيزتى السكرة الحلوة : اننى احبك ، واريد الزواج منك، وإلا فلن أتزوج من سواك قط !.. هلا قابلتنى الليلة فى الساعة السابعة مساء فى المتنزه العام ؟ » .

وكان جريئا إذ دفع إليها الخطاب يدا بيد .. وبلغنى ان وجهها تضرج خجلا ، وانها احتفظت بالخطاب فى حرز مكين ، تقرؤه كلما غاب عنها صاحبه .. فقد تزوجا واحالا كوخهما قصرا ترفرف عليه السعادة !

الم نقل إن الحياة بلا حب ليست حياة ؟.. فتعالوا نبحث عن الأشياء التى تغلق الأبواب فى وجه الحب !

٢ ـ الغيــرة

والغيرة من ابشع العواطف التى يخفق بها القلب البشرى ، وكثيرا ما تسمى « ديدبان العواطف » و « والشبح القاسى » و « ام المصائب » و « لعنة الحب » و « جحيم المحبين » وما إلى ذلك من اشنع الأسماء والأوصاف .. على ان من العدالة أن ننصف الغيرة قبل ان نلعنها ، فهى عاطفة اودعها الله قلب الإنسان « ولله فى كل ما يخلق حكمة .. »

وخليق بكل رجل يبغى تجنب الغيرة ، ان يقسم أمام الله أن يبر بكل ما يبذل قبل الزواج من وعود ، فلا يدع لزوجته سبيلا إلى الشكوى من شىء « بل يحرص جاهدا على ان يكون صادقا ، شريفا ، أمينا ، صريحا إزاءها .. اما إذا لم يفعل ، فإن تصرفاته تبذر الغيرة فى قلب زوجته ، ومن حقها إذ ذاك أن تلاحقه بهذه الغيرة ، بل وتلاحق كل امرأة تشجعه على ان يحيد عن جادة الوفاء .. إذ ان سعادة الزوجة كلها تتوقف على وفائه ، ومن ثم فان كل عقاب يقصر عن جزاء الرجل الذى يحنث بعهود الزواج دون مبرر .. والقول ذاته ينطبق على كل زوجة خادعة ، منافقة .. ذلك لأن الغيرة قد لا تقوى على قتل الحب الأصيل الصحيح ، ولكنها تستطيع ان تغلق باب القلب .. وهذا الاغلاق فى حد ذاته نوع من القتل !

واخطر ما فى الغيرة انها إذا تملكت عقلا استطاعت ان تدفع صاحبه إلى ارتكاب جريمة القتل ! ولذا وجب على العشاق أن يفقهوا طبيعتها ، وأن يدركوا مبعثها وتتائجها .. ولو انكما تحصينا كل حالاتها ، لوجدنا أنها [illegible] ان يوجد فى

تسع من كل عشر حالات !.. وسنستعرض عنها آثارها على الحب ، بعد أن نمهد لذلك ببيان أثرها على الرجال والنساء فى مختلف نواحى الحياة :

والحقيقة الأولى فى هذا الشأن أن الغيرة لا تعترف بالأشخاص ولا بالأوضاع فهى قد تسعى بدبيبها بين رجال الدين مثلا، كما لمس كاتب هذه السطور بوصفه واحدا منهم.. فلقد يعين قس فى كنيسة ظلت أعواما طوالا فى غفلة عن الدين ، فاذا به يوقظ رواد هذه الكنيسة وأهالى الوسط المحيط بها ، بأحاديث لها دوى الرعد ووميض البرق .. أحاديث تنفذ إلى أعماق القوم لأنها تعالج الخطايا الكامنة فى نفوسهم ؛ والذنوب التى كانوا يقارفونها عن جهل وعدم فطنة .. فسرعان ما يقبل على الكنيسة أفواج من أتباعها وأبناء الأحياء المجاورة . ـ يثير غيظ قساوسة الكنائس الأخرى ؛ ويذكى حقد المرائين الذين يتظاهرون بالتقوى !.. والذين يتأملون التاريخ ، يرون أن المسيح لم يصلب لأنه استنكر خطايا العقائد الأخرى ؛ وإنما لأن الغيرة دبت فى قلوب رجال الدين فى القدس إذ رأوه يجمع حوله أولئك الذين كانوا ينصرفون عن الإنصات إليهم !

هذا أثر من آثار الغيرة ، وفى نفوس رجال الدين .. أفعجيب بعد ذلك أن تغار المرأة من المرأة ؟.. إن الغيرة نوع من الجنون ، وكم رأيناها تحفر القبور للضحايا فى كل وطن .. غير أن هؤلاء الضحايا كانوا لا يلبثون أن يهبوا من سباتهم ليبدأوا حياة جديدة .. حياة الخلد لذكراهم .. وبذلك تجازى الغيرة نفسها وتعاقب مقترفيها !

الغيرة داء فى البشر جميعا !

وهكذا قد يغار أتقى الناس وهم يظنون أنهم عاكفون على عبادة الله .. بل انهم يخالون أن الشخص الذى يغارون منه ـ دون أن يفطنوا ـ هو الذى يغار منهم !.. فيحفرون له دون أن يدروا أنهم الواقعون فى الحفرة .. وما أسهل ما يتسنى شفاء هذه العاطفة الحقود ، بالانصراف عن أفكار السوء والظن فى الناس ، فان الحب جدير بأن يهزم الغيرة .. والحسد والبغضاء لا تورث إلا جفاء القلوب ، وهى عاقبة سيئة فى الحياتين الدنيا والأخرى ، وقد اعتبرها المسيح ذنبا فى حق الله ذاته ، لا سبيل إلى غفرانه ، ولا مآل لصاحبه غير الخراب ..

ورجال السياسة أيضا قد يغارون من أقرانهم .. وقد كانت الغيرة تسيطر على الأقدار السياسية لبريطانيا والعالم بأسره ـ فى أواخر القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين ـ دون مراعاة للمصلحة القومية .

ولو أن كل سياسى وضع المصلحة العامة قبل مصلحته الخاصة ، لكان الحب رائد الوسط السياسى كله .. ولكن الواقع الذى نلمسه فى الحياة هو أن الهدف المباشر لكل سياسى ينحصر فى السلطان والمنصب . وكم عانى « جلادستون » على أيدى فريق ممن كانوا يغارون منه ويحسدونه .. ومع ذلك ، فقد ذهبت سيرته بعد فى التاريخ وبقى اسمه بين الخالدين !

إن غيرة ذوى النفوس الصغيرة ، والعقول الضيقة والنفوس الملتاثة ، لأعظم من كل خطر . فاحذروا هذا الفريق .. !

على أن الغيرة فى حياة المحبين اشد خطرا .. انها تقف كديدبان مسلح يتمثل فى كل امرأة ترقب حركات زوجها وترصدها عليه ! وفى كل رجل تتناهبه الهواجس كلما زار رجل آخر داره .. وما افظع الحياة فى مثل هذه الاحوال !

الغيرة فى المدن .. اشد منها فى الريف !

والغيرة اشد استعارا فى قلوب النساء اللائى يعشن فى المدن ، منها فيمن يعشن فى الريف .. ولكن هذا لا يعنى ان غيرة ساكنات الريف غير مدمرة .. وانى لأذكر ان صديقا لى من سكان الريف اعتاد ان يتردد على لندن بين الحين والآخر لأمور تتعلق بعمله .. وكثيرا ما الح على زوجته أن تصحبه لينعم بقربها — وكان صادقا فى حبه لها — ولكنها كانت تصر على الرفض ، حتى إذا رحل انتابتها الغيرة وتملكتها الهواجس !.. وقد بلغ بها الهوس مرة ان كتبت إلى مدير الفندق الذى اعتاد أن ينزل فيه ، فما لبثت ان تلقت الرد التالى: « سيدتى .. إن زوجك قد شرف فندقنا فكان مثال السيد المهذب الكريم » وكان وفيا لك طيلة مدة بقائه بين ظهرانينا ».

ولكن هذا الخطاب كان بمثابة مزلاج اوصد باب حبها فى قلب زوجها إلى الابد .. إذ نمى إليه النبأ فامتقع وجهه وانخرط فى البكاء كالطفل .. ولم يصافح صوته اذنى زوجته

بعد ذلك اليوم !.. لقد هدمت حياته وعمله ، ولم يدر احد مصيره بعد ذلك .. اما زوجته فقد عاشت بقية حياتها فى حسرة وندم ، وكأن قوانين الكون والحياة قد انتقمت منها لما اجرمت فى حق زوجها !!

وقد تقع هذه المأساة ذاتها نتيجة دس الوشاة الذين يقيمون وشاياتهم على مجرد ظواهر لا اساس لها ، ولكنها تقلب الخير شرا ، والطيب خبيثا ، وتثير الاخطبوط الفظيع .. اخطبوط الغيرة !

صحيح ان الغيرة تبدو جزءا من نسيج الحب الرقيق ، ولكن من واجب كل محب صادق الا يجعلها متصا يتص هذا النسيج ، إذ لا سبيل بعد ذلك لضم اجزائه او رتق قطوعه من جديد !

الغيرة إذن نوع من الجنون الهدام.. ومع ذلك ، فان علاجها سهل ميسور .. وانى لأعرف امرأة خبرت هذا العلاج ومهرت فى ممارسته .. كانت تعرف ان فى حياة زوجها فراغا خفيا مبهما .. وكان الرجل وفيا ، مخلصا ، وقف حياته عليها ، ولكنها كانت توقن ان هناك فراغا فى حياته خلف هذا التفانى .. فراغا روحيا .. واستطاعت ان تتبين أن ثمة امرأة شعر من اجلها هذا الفراغ ، فسعت حتى تعرفت على هذه المرأة ووطدت أواصر الصداقة معها .. وكانت النتيجة ان عاشت مع زوجها فى اسمى آفاق السعادة ، وسدت صديقته الفراغ الروحى الذى عجزت عنه

وصحيح ان مثل هذا المسلك قد لا ينطوى على حكمـــة فى بعض الأحيان ، ولكنى — على طول تجربتى كرجل للدين — لم اعرف مرة انه ادى إلى ضرر ، ما دام صادرا عن عاطفة خالصة ونية صادقة .. ذلك لأن حب المراة وإخلاصها يربطان زوجها إليها ، وخير لكل زوجة تخشى ان تكون لزوجها علاقة بامراة اخرى أن تحب تلك المراة وتخلص لها الود ، فان هذه الوسيلة الغريبة كفيلة بان تجذب زوجها إليها باشد من ذى قبل !

حب « المسيح » لمريم ومرثا

وهناك مثـــال آخر ارجو الا يؤول على غير حقيقتـــه ، او يفهم على غير ما نرمى إليه .. فلقد أحب المســـيح امراتين ، حبا روحيـــا .. وإذا كانت كتب الدين لم تجـــزم بانه احب « مريم المجـــدلية » ، إلا اننا نكاد نلمس لمس اليقين انه احب « مريم » و « مرثا » .. كانت « مرثا » مثال السيدة الكاملة ، عنيت بحاجاته وراحته فاحبهـــا .. ولكن « مريم » بعثت فى نفســه أعمق الآثار الروحية فاحبها .. وهكذا احبهما معا .. ولقد فاضت نفســه إشفاقا على مريم المجدلية التى كانت قـــد تردت فى حماة الرذيلة ، ولكنها لم تشغل منـــه المـــكانة التى شغلتها « مرثا » و « مريم » .. ويبدو أن « مرثا » استشـــعرت شيئا من الغيرة ، إذ هتفت ، كما تهتف نساء اليوم : « هلا رجوت اختى ان تدعك وتاتى لتساعدنى .. دعهـــا تتول شيئا من عملى الشاق .. لماذا انفرد وحـــدى بادائه ؟ » .. فانبها المسيح قائلا : « لقد اختارت «مريم» العمل الافضـل والأبقى »

.. والذى يبدو لنا من صفحات الانجيل ان المسيح كان يجد فى حواره مع اخت مرثا غذاء روحيـــا .. ولقد ندمت مرثا على ما قالت فازدادت لشقيقتها حبا .. ومع ذلك فما أندر الرجال والنســـاء الذين يلجأون إلى هذا العلاج ، الذى هو بمثابة سحر كفيل بان يصون كثيرا من الزيجات من خطر الطلاق !

لقد ضرب المسيح لنا مثلا ساميا ، وهدانا إلى السلاح الذى تهزم به ديدبان الغيرة المسلح . فطوبى لمن حـــذا حذوه .. وإياكم والغيرة ، والحسد .. بل فلتحبوا منافسيكم من جماع قلوبكم .. وليكن حبكم عميقا خالصا !

٣ ــ أقنعة الغش والخداع

لا يستطيع المرء ان يقدر لاول وهلة كيف يؤدى الخداع إلى خراب البيوت ، وكيف انه يولد الشك والنزاع بين الزوجين .. فهو فى الواقع باعث رئيسى من بواعث الطلاق . إذ أن المراة قد لا تلقى بالا إلى اعمـــال زوجهـــا ، ولكن تصرفاته الاجتماعية تجتذب قسطا كبيرا من اهتمامها . والرجل الامين لا يحجم فى اى الأوقات عن آن يتخذ من زوجته رفيقة وشريكة يطلعها على كل أموره الشخصية ، فان لم يفعل ، فهو ولابد يحرص على الكتمان لغرض ما .. والكتمان قد يكون فى بعض الاحيان حكمة ، ولكنه فى احيان اخرى يكون مصدرا للنكبات والمصائب .

وجدير بنا ، قبل ان نبين كيف أن الخـــداع هـــو اســـاس الخراب فى الحياة الزوجية والصـــداقة ، أن نتعرف اثره فى الحياة العادية والمسائل القومية

فالرجل المضلل المخادع لا يلقى من يثق به ولو التزم الصدق ، إذ انه مخلوق شرير بطبعه .. ومن الناس من يجدون لذة فى خداع من يلتقون بهم فى الحياة ، ولكنهم لا يلبثون ان يتبينوا ان الذهن البشرى مزود بأداة فطرية تهتك اى قناع يسدلونه على شخصياتهم .. ومن العسير ان تخدع امرءا مرتين . وقد قال الفيلسوف الحكيم سنيكا : « من الاثم أن « تقول » شيئا وتضمر غيره .. ولكن الانكى ان « تكتب » شيئا تؤمن بعكسه ! » .. إذ أن هذا يكون خداعا متعمدا ، مقصودا ..

ومن الظواهر الملحوظة ان الفتيات قلما يتعمدن الخداع فى غرامياتهن ، وهن يتوقعن من الشبان الذين يتقربون إليهن ان يكونوا صادقين ، فاذا كشفت احداهن زيفا ، اومضت عيناها ، وداخلها الحذر ..

والواقع ان للرجال استعدادا لان يحذقوا الخداع ويفتنون فى ابتداع اساليبه ، وهم اكثر ميلا إلى الظلام منهم إلى النور ، فلا يتورع الواحد منهم — فى الغالب — عن ان يقسم باغلظ الايمان لكى يغرر بالمراة .. افيدهشه بعد ذلك أن يقودها ارتيابها فيه إلى الباب الموصد ؟.. يخلص من هذا ان الصدق والصراحة لا يستثيران غيرة المراة ، بل انهما يضاعفان حبها ويزيدانه تعمقا ..

وإذا اردنا ان نلمس الفوارق الظاهرة بين الخداع والصدق على وجه العموم ، فلدينا ثلاثة امثلة بارزة للامانة الحقة :

فنحن ننظر للمسيح من وراء قداسته ، ولكنا لو تأملناه « كإنسان » عادى من مواليد (الناصرة) ، لرأينا ان ابرز صفاته كانت أمانته الخالصة .. فهو لم يقل كذبا ، ولم يلفظ برياء ، ولم يفه بزيف ..

مثل من حياة « محمد »

ومحمد — النبى العربى — مثال آخر .. ذلك الرجل الذى برز من الصحراء ليقدم إلينا القرآن الذى تترك كل كلمة من كلماته اثرا لا يمحى فى قلب كل صادق مخلص ، وتشعر كل ذى عقل نقى طاهر بانها صادرة عن صدق ويقين .. صدق ويقين الرجل الذى لم يغره بريق الدنيا . لأنه آمن بالله الخالد وباليوم الآخر .. وما كان محمد ليكذب او يرائى وهو الذى تتفتح عيناه على الطبيعة تحيط به ، بكل ما فيها من صراحة وجلاء ..

محمد هذا احبته زوجته بكل ما فيها من عاطفة ، وكانت تلقبه « الامين » .. وفى وسعنا أن نقسم غير حانثين على صدقها .. والواقع ان الرجل يزداد سموا وعظمة فى الحياة بازدياد امانته وصدقه .. وليس فى وسع العظيم بفطرته وطبيعته ان يكون خادعا مضللا .. وهو قد يخطىء ولكنه لا يصدر فى ذلك عن غش وسوء نية ، إذ انه يرعى الله ويخافه فى السر والعلن ، ويخشى السوء رغبة فى نعيم الآخرة .. ولقد عرفت خديجة كل هذا فى محمد ، وآمنت بصدق عاطفته ففتحت له صدرها ، وكانت اول من جهرت بصدق نبأته تلقى

الرسالة ، كما كانت اول من آمن بهذه الرسالة .. لأنها كانت توقن من انه أمين صادق ، بل وثقت به .. وما اجمل الصورة التى تمثل علاقتهما معا ..

ولنا كل الحق فى ان نؤمن بصدق محمد والمسيح ، فلن رسالتيهما ما تزالان حتى يومنا هذا غذاء لأرواح مئات الملايين من اتباعهما ..

الأمانة والشهامة عند « كرومويل »

وفى التاريخ الحديث مثال ثالث للأمانة والصدق .. ذلك هو « كرومويل » الذى عانى الكثير فى صراعه ، ولكنه انتصر فى النهاية .. وقد يكون من العجيب أن نتخذ من كرومويل مثالا ونحن نتحدث عن الصدق والخداع فى الحياة الزوجية ، ولكن وقائع حياة كرومويل تعرض لنا صورا رائعة لأمانة الرجولة وشهامتها .. وكم من عظماء فشلوا لزيفهم وخداعهم مثل نابليون الذى تفتحت أمامه الأبواب ، وسارت الدنيا فى ركابه ، إلى أن عمد إلى التضليل فى سياسته ، وخان جوزفين ومكر بها فى حياته الخاصة ، فلم يلبث أن وجد نفسه وحيدا ، يعيش على حبه لنفسه !

وأولئك القوم من صغار النفوس الذين يتظاهرون بغير ما يبطنون ، ويحذقون أحابيل الدبلوماسية فيراؤون ويكذبون

.. لا يخلصون لأية قضية لأنهم جبناء لا يجسرون على مواجهة الصعاب وتذليلها ، بل يفرون منها حفظا لسمعتهم ولحياتهم ..

ولكن اوليفر كرومويل لم يكن من هذا الصنف .. فقد صمد فى سبيل القضية التى آمن بها من اعماق قلبه ، وأقسم ان يعمل من اجلها حتى الرمق الأخير .. ولقد قاسى صنوف العذاب ، ككل رجل صادق يفضل العذاب على الجبن .. فان اساس النبل ان يكون الرجل مخلصا لوعده ، وفيا بكلمته .. ورجل هذا شأنه جدير بان يعتمد عليه ..

وإذا كان جزاء الخيانة فى اى جيش هو الإعدام ، لأنها اقصى درجات الخداع والنفاق ، فما أجدر ان يطبق هذا الجزاء على خيانة الرابطة الزوجية .. فان نسيج المجتمع يتفكك فى ايدى الخونة المخادعين ، ولا يبقى إلا إذا امسك بدفة المجتمع رجل حازم قوى .. فكرومويل ما يزال موضع لوم لإحراقه كنيسة « دروجيدا » ، ولكنا إذا فحصنا هذا العمل على ضوء الحقائق مجتمعة : رأينا خلال السنة اللهب التى التهمت الكنيسة ، حب كرومويل للصدق ومقته للكذب .. افلم تكن ثورته ضد ملك مضلل اعتاد الكذب ؟.. لذلك كان على حق إذ غضب حين اطلع على الخطاب الذى أرسله إليه اولو الأمر فى « دروجيدا » ، وعمدوا — فى أسلوب يتقطر ادبا — إلى المراوغة وتجاهل النقاط التى كانت لها أهمية حقيقية فى النضال .. وكأنتا بذلك المحارب الذى يجاهد فى سبيل الصدق السياسى ، قد وقف بقول والنيران تلتهم الكنيسة : « إذا كنتم قد أبيتم ان تجيبونى فى صدق وأمانة ، والآن [illegible] تعتروا

الموضوع الاساسى خلف حجج سفسطية ومراوغات فارغة ، فاصلوا هذه النار كمربون لما سوف تلقونه فى السعير ! » .. وهكذا ، كل تضليل ونفاق وزيف مآله إلى الدمار ، فلقد قضت قوانين الطبيعة بأن لا فوز إلا الحب .. والحب الصادق ، الصاق ، النقى !

كن وفيا لزوجتك

وهذه الأمثلة التاريخية الثلاثة ، تنطبق فى روحها على كل البيوت فى دنيانا ، وعلى نفوس أولئك الذين يقسمون على الوفاء للرابطة الزوجية .. فليس لرجل ان يتزوج من امرأة ثم ينسى ما يتطلبه ارتباطه بها من التزامات فيشرع — إذا ما تداعت اخلاقه — فى التضليل والنفاق « فهو إذا ما تأخر من موعد عودته إلى داره ، زعم انه قد تورط فى عمل هام شغله .. وإن أرسل خطابا لمعشوقته ادعى أن الرسالة لصديق حميم قديم ، وانها تتناول مسألة ليس فى حل من ان يبوح بسرها لأحد ، ولا لزوجته !.. وإذا برح به الشوق للحبيبة تظاهر بانه مرهق مكدود ، فى حاجة إلى ايام يقضيها على شاطىء البحر التماسا للراحة والاستجمام .. بل واوغل فى الرياء فزعم انه كان يتمنى أن يسعد بصحبة زوجته ، ولكنه — لعلة يبتدعها — يرجوها أن تسمح له بالرحيل وحده !

وهكذا ينساق فى التضليل والنفاق حتى تكتشف تصرفاته حقيقة أمره .. وما ذلك كله إلا لتجرده من الصدق والأمانة ..

العذاب الزوجى .. خير من الخيانة

إن الحب والإخلاص ليسا من المستحيلات ، ومن الممكن أن ينموا يوما بعد يوم » لو شاء المرء أن يلتزمهما .. افتراه يحسب التزامهما تضحية كبرى يضن بهما على المرأة التى كرست من أجله حياتها ؟.. إن الحب فى حد ذاته ، أمر يمكن تنميته كما ينمى الرياضى عضلاته بالتدريب المتواصل .. فهو موجود دائما ، ولكنه فى حاجة إلى صقل ومران » وإلا صدأ بالأعمال » وفتر بالنسيان .. إذ قد يشغل الرجل عن صحبة زوجته ، ويظل فى تناسيه يوما بعد يوم » وشهرا بعد شهر » ثم عاما بعد عام ، حتى يحس كل منهما بحاجة إلى شىء ينقصه ولا يدرى كنهه ، فيروح يفتش عنه خارج محيط الأسرة .. وهكذا يخرب البيت !

أفتريد أن تحتفظ إلى الأبد بحب زوجتك ؟

هبها قسطا من فكرك » واغمرها دائما بعطفك ، وكن امينا صادقا معها فى كل الأحوال !.. لا تفعل شيئا تخشى ان تعرفه هى .. مزق كل قناع او حجاب للخداع والتضليل ، فلا تستر الحقيقة عن عينيك ، ولسانك ، وقلبك .. وما فكرت « مرثا » فى ان تترك المسيح حين فضل عليها مريم .. ولو ان تشارلس الاول — ملك إنجلترا — عزف من الكذب وبر بايمانه ، ولو ان رجال كنيسة « دروجيدا » لم يؤثروا المراوغة على الصراحة ، ما احرق كرومويل تلك الكنيسة

لسنا ننكر ان هناك ظروفا خفية يتعذر معها على اى رجل ان يفى للحياة الزوجية ، ولكن العذاب الدائم خير من النفاق والخداع .. وان التاريخ لملىء بالادلة على أن التضحية بالنفس خير وأبقى ثوابا من التضحية بالغير !

فاياك والجحود ، والنفاق ، والخيانة .. هذا هو القانون الذى تحفره يد علوية على جبينى كل رجل وامراة يرتضيان رباط الزوجية المقدس !

٤ ـ التهوس فى الحب

للحب اخطاره الخفية ككل شىء فى الوجود ..

والرجل لا يتعرض لخطر يذكر حين يكشف عن حبه لامراة ، لان الخالق صاغ طبيعة المراة بحيث تشعر بفراغ كبير فى حياتها ، يجعلها ترحب بتقبل الحب من الرجل ، وإلا أحست بانها وحيدة ، محرومة ، منبوذة .. وقد تحاول نسيان هذا الجوع العاطفى بالانهماك فى بعض الأعمال ، غير ان شبح الحرمان يمضى يلاحقها ..

اما بالنسبة للرجل فلا جوع ولا حرمان ، لانه جبل على ان يبحث عن المراة ، ويسعى وراءها حتى يفوز بها ..

وقد تتسبب المراة فى ان يفقد الرجل توازنه العاطفى إذا هى تهوست فى الحب او أسرفت فى إظهار عاطفتها ، الامر الذى يناقض طبيعة الرجل التى لا ترتوى إلا إذا شعر بانه هو الذى يسعى وراءها، وانه لابد ان يكافح قبل أن يظفر بها !..

وقد فازت زوجة « برنادو شو » به لانها صدته فى البداية واتعبته ، مما زاده كلفا بها فظل شغوفا بها طوال حياتها ، وفيا لذكراها بعد مماتها .. وعلى العكس من ذلك ، راينا شبانا كثيرين يملون ويتمردون لفرط تهوس النساء فى حبهم ..

وقد كان من حظى ان اعقد مئات الزيجات بين شبان أبرياء وفتيات طاهرات .. ولكننى لم أعقد قرانا قادنى إلى نوبة من الضحك الجنونى إلا مرة واحدة : كنت اجلس فى حديقتى الصغيرة عند مغرب ذات يوم، وإذا بشاب فى نحو العشرين ، وفتاة تصغره قليلا ، يقتربان منى .. وحكمت من منظرهما ان الشاب مزارع ، والفتاة ريفية .. وكانا مفرطى الخجل ، فشرعت الفتاة تتمتم ، ثم اشاحت بوجهها فى استحياء ، بينما ظل الشاب واجما ، عابسا ..

وادركت سر زيارتهما ، فقلت مرحبا : « انى لاحدس السبب الذى دعاكما لزيارتى » ..

فارسلت الفتاة ضحكة خجلى ، بينما استجمع الشاب جراته وقال : « لقد اعتزمنا الزواج ، فهل تعقد خطبتنا » ؟

قلت : «بلا شك ، إذا كنتما قد استكملتما كل الإجراءات» .

فهتفت الفتاة : « لقد استكملناها » إذ عنيت بان اطلعه على كل ما ينبغى اتباعه من إجراءات » ..

وعقدت خطبتهما .. وحان يوم القران ، وكم كانت دهشتى حين دخلت حجرتى فى الكنيسة قبل موعد القران [illegible] ساعات، فالفيت الفتاة قد وصلت مبكرة [illegible] الانفصال،

تروح وتغدو فى قلق ، وتنظر خلال ثقب الباب من آن إلى آخر تتفحص وجوه الداخلين ، وهى تهتف كل لحظات : « أواه .. أين هو ؟.. آمل ان يجيء ، فاننى أحبه » !

فاجبتها وانا اغالب الضحك : « انه قادم ولا ريب .. وعليك ان تصبرى فقد جئت قبل الموعد المتفق عليه » !

واوجست خيفة من انفعالها وقلقها .. وبالفعل انبأنى احدهم فى تلك اللحظة يهمس لى بأن « العريس » يقف عند الباب مترددا فى اتمام الزواج ، إذ يقول إن العروس تضجره بتهافتها عليه !.. فكلفته بان يقول له إن لهفتها الزائدة إنما هى مظهر لانفعالها من فرط حبها إياه « فكلنا إذا اسرفنا فى الحب غدونا كالمحمومين » ! .

وشرعنا يومئذ فى مراسم الزواج ، فكانت الفتاة تجيب على اسئلتى بالإيجاب قبل ان اتم السؤال ، على هذه الصورة المضحكة ! وقد اثبت إجاباتها التى تخللت اسئلتى بين اقواس ! !

— هل تقبلين هذا الرجل (« أجل ») زوجا لك وقرينا ؟ (« أجل » — مرة أخرى بصوت جهورى !) .

وهكذا مضت تقاطعنى بإجاباتها متعجلة ، وقد ارتسمت ابتسامات الرثاء والسخرية على شفاه الحضور ، لاندفاعها المخجل وتلهفها الذى لا يتفق مع خفر العذارى .. وشد ما كان الموقف محرجا ، إذ خشيت أن يغلق تهافت الفتاة باب الحب فى قلب الشاب ، سيما وانه ظل عابسا مقطب الجبين ، بادى

البرم !.. وعندما هممت بان اوجه إليه الاسئلة التقليدية امتقع وجهه ، ووقف يحدجنى بنظرات جامدة .. توقعت معها ان يجيب بالرفض ! وساد الكنيسة صمت محض — ولا اظننى انسى ما حييت منظر الفتاة خلال تلك اللحظات — واخيرا ملت على الفتى وهمست له كى انقذ الموقف : « انك لا تفهمها .. انها طيبة ، تحبك ، وستكون لك خير زوجة » .. فأجاب آخر الأمر على الأسئلة بلهجة من يريد أن يقول : « فليكن .. والله فى عونى » !

واقبل العروسان إلى حجرتى عقب القران ، ووجه الشاب مربد كالح .. فقالت الفتاة وقد استردت هدوءها وفتنتها :

— هلا صفحت عنى يا ابت .. وأنت يا جون .. لقد كنت فى غاية الانفعال !

فاجبتها : « لا بأس ، لقد اكدت لك أنه سيكون من نصيبك .. ولعلك يا جون قد تبينت الآن حقيقتها .. انك لن تندم قط على زواجك منها » !. .فقال وهو يطوق عنقها ويقبلها « الآن عدت إلى حالتك الطبيعية » !

وانصرفا اسعد ما يكونان !.. وهكذا انتهى الأمر على خير ، وإن كنت لم ار التهوس فى الحب يوشك أن يوصد باب العاطفة كما رأيته فى ذاك اليوم !

التهافت على المحبوب ضار بصاحبه .. ولكن

سيقول كثير من القراء إن تلك الفتاة كانت مخبولة ، ولكنهم يخطئون الحكم ، فهى فى الواقع كانت مثالا للانفعال العاطفى الذى يطغى على كل شىء .. مثالا للتطرف الشاذ فى الحب .. ولكنه مثال مشوق لمن يتأمل أسبابه المعنوية والروحية .. فكل ما فى الأمر أن الفتاة أخفقت فى كبح عاطفتها !

وصحيح أن مثل هذا التهور قد يفضى إلى عاقبة وخيمة ؛ ولكننى أعتقد أن نسبة الطلاق خليقة بأن تهبط لو أن كل امرأة تريثت — قبل اختيار زوجها — حتى يتفجر فى أعماقها ما كان لدى تلك الفتاة من عاطفة سامية ، خلت من كل زيف واصطناع ، لأنها انبثقت من ينابيع الطبيعة ذاتها .. ألم يكن « جون » الرجل الذى أعشى بصرها عن أن ترى رجال العالم ؟.. هذه إحدى النتائج التى تترتب على الحب .. فمن المحتمل أن الفتاة رأت فى حياتها رجالا متباينين : منهم الراقون ومنهم الحثالة ، وفيهم الأغنياء وفيهم الفقراء ، ولكنها اصطفت « جون » دونهم ، فغدا لها كل شىء .. وظلت تحلم بيوم يضمها إياه برباط لا انفصام له .. فلما حان ذلك اليوم ، ولم يبق إلا القليل من الوقت ثم يغدو « جون » لها ؛ تدافع الدم إلى وجهها ورأسها ، وإذا هى تنفعل ، ثم تسرف فى الانفعال حتى تضحك الحاضرين .. ولكن المحقق المتأمل قمين بأن يرى فى حب هذه الفتاة ، مظهرا من مظاهر الحب الصادق العميق !

ومن الرجال من يتملكهم نحو النساء حب كحب هذه الفتاة فى تهوره ، وتهوسه ، وتهافته .. ولهذا خطره عند الرجال كما هو الحال عند النساء ، فكم من امرأة أغلق تهافت رجلها أبواب قلبها دون حبه !

ولكن.. إذا أحبتك امرأة ، فلا تفر منها لمجرد أن حبها يندفع حولك كالأمواج الصاخبة ، إذ أن الظروف والتجارب والمحن لن تلبث أن تهدىء من عنف عاطفتها .. وعالج الأمر بحذر ؛ فهذا التهوس مظهر لنعمة إلهية لا تقدر بثمن .. مظهر لحب قوى لن يفتر ، بل سيبقى ملازما لك فى معركة الحياة ..

وكذلك الحال مع المرأة .. جدير بها ألا تصد فورات عاطفة الرجل الذى يحبها ، فلسوف تدرك قيمتها حين تكفهر الدنيا وتتلبد سماء حياتها بالنوائب .. وحين يتخلى عنها الأصدقاء ، ستجد هذا الرجل صامدا بجوارها ، يخوض معها غمرات الأنواء ..

إننى حين أستعرض ذكريات عملى فى منصبى الدينى ، لا أجد مرة نبذ فيها رجل أو امرأة الحب الحقيقى ، كيفما بدا له وفى أى شذوذ أحاطه ، إلا وعانى فى النهاية مرارة الحسرة .. ألم تحدثنا الرسالات السماوية بأن الله هو الحب ؟.. فأية عاقبة نتوقعها حين ننبذ الحب أو نصده ؟

(اقرأ الفصول الأخيرة من هذا الكتاب فى الفصل التالى)




أبواب الحب المغلقة!

[illegible] الكتاب

« وولتر واين » ، مؤلف هذا الكتاب، من رجال الدين والوعظ التابعين للكنيسة الإنجليزية .. ولكن مكانته هذه لم تجعله أسير الجمود والتزمت : بل انه اخذ على عاتقه أن يبصر الناس بالتعاليم السماوية فى قالب مقتبس من روح العصر ، واسلوب الحياة الحديثة .. فضرب بذلك مثلا للمهمة الحقيقية لرجل الدين ، الذى يريد ان يؤدى رسالته حق الأداء ..

إن المبادىء الاصلية للديانات السماوية واحدة ، فكلها مستقاة من مورد واحد .. ولكن ، قل ان وجد رجل الدين الذى يعالجها ويطبقها ويصورها على حقيقتها للانسان العصرى الذى لا يرى شيئا إلا خلال منظار الحضارة والعصر اللذين يعيش فيهما .. ولكن « وولتر واين » شاء ان يضرب المثل بسلسلة من الكتب القيمة ، اولها « الإنسان والكون » ، ثم « كيف تكون سعيدا برغم انك على قيد الحياة ! » .. واخيرا هذا الكتاب الذى نقدمه الآن ، وهو من اعظم كتبه واكثرها رواجا ونفعا .. فقد تعرض فيه للحديث عن « الحب » من زوايا جديدة لعل احدا لم يطرقها قبله بمثل هذا العمق .. والصراحة !

١ ــ سر الحب الغامض !

إن معظم ما يؤخذ من عواطف البشر على أنه « حب » لا يمت إلى « الحب » إلا فى مظهره .. فما لم تكن العاطفة متغلغلة فى أعمق أغوار نفس المرء ، كانت مجرد انعكاسات لصورة « زائفة » للعاطفة .. او كانت عاطفة « سطحية » ، تلبسها ظروف الحياة ثوب الحقيقة ، ولكنها نادرا ما تصمد امام محن الدهر ، وطول الأجل ، وسير الزمن ..

وقد استطاع شاعر المانيا الخالد « جوته » ان يتغلغل ببصيرته فى كوامن هذا السر الغامض ــ الذى يجمع بين نفس الإنسان وعاطفته ــ ثم طلع على الناس بأن الإنسان لا يمكن ان يحب سوى .. « مرة واحدة » !.. أجل ، انه قد ينساق لاغراء اربعين غراما من ذلك النوع السطحى « ولكنها لا تلبث جميعا أن تخبو تباعا ، كما تفعل المناظر السينمائية على « الشاشة » .. اما الحب الصادق الذى يبقى على الدهر ويصمد ، فلغز يسيطر على القلب والحياة ، لا يزيد الزمن صوره وذكرياته إلا وضوحا وجلاء !

إن الرجل قد يرى وجها ، او يلمح ابتسامة ، او يسمع صوتا .. فيسرى ما رأى او سمع إلى أعماقه « فاذا به يرتبك ويتلعثم ، ويستشعر امام صاحبة الوجه او الصوت خجلا غريبا ، وعيا لا يمكنه من شرح [illegible] المرأة من نفسه فى الجزء الذى يسميه علماء النفس بـ « النفس السامية » .. فاذا لم تستجب المرأة لنداء الحب ، عاش المتعون

وحيدا — فى عزلة عن كل من وما حوله — لا تفارقه ذكراها ، بل يحوم وجهها حوله فى أيام الضنى وليالى السهاد ، ويسيطر طيفها على حياته ، وربما تحكم فى مصيره .. كل هذا وصاحبته لا تدرى !

هذا هو الحب الذى ينقلب إلى خيال رقيع ..

وصريع هذا الحب لا يهيم — فى نضاله لحقائق الحياة — وراء « مثل أعلى » زائف ، وإنما هو ينشد « حقيقة » كبرى ، فى « عمق المحيط وسمو النجم » .. ومثل هذا الحب لا يمكن تحرير القلب من سلطانه ، مهما شاء صاحبه .. إذ يرتبط العاشق فى هذه الحال بفاتنته فى غير دنيا البشر ، برباط لا نغالى إذا وصفناه بأنه « القران الحق » .. رباط علوى يباركه الله وتشهد عليه الملائكة ، فلا انفصام له ! أما ما سواه من « حب » مزعوم فيسجله القاضى الدنيوى .. ثم تشهد « محكمة الطلاق » انفصامه يوم تفضح الحياة زيفه !

وهذه العاطفة الغامضة ، كسواها من ألغاز الحياة ، فى حاجة إلى مفاتيح تفض مغاليقها .. وقد تخفق المفاتيح التى سنجربها ، ولكن هذا لا ينبغى أن يصدنا عن التجربة ، فقد يقدر لها أن تفتح « باب الرؤى والأحلام » أمامنا .. ولولا السعى الدائب وراء النظريات التى تعلل ما نلقاه فى الحياة ، ما احتمل امرؤ أن يعيش ..

الحب « الكامن » منذ الصغر !

عندما يجمع اللعب بين طفلين متباينى الجنس — ولد وبنت — تحدث معجزة .. فقد ينفر كل منهما من الآخر ، فيجد من الأسباب ما يكشف به هذا النفور .. وقد يشعر كل منهما بالميل لصاحبه ، فلا يعدمان وسيلة للافصاح عن ميلهما المتبادل ..

أما إذا التقت نظراتهما » فإذا أحدهما يشعر بنفور ، والآخر يشعر بميل » أى أن نظرات أحدهما لا تلقى صدى لدى الآخر فهنا أغرب ألغاز الحياة .. فلو أن الولد هو الذى لم يلق من البنت استجابة » فإنه سرعان ما ينقلب هيابا ، مترددا ، ثم ينطوى على نفسه فى صمت .. وقد لا تكترث البنت لغيابه ، لجهلها بما وراء تصرفه .. ومن ثم يفترقان ، دون أن تدرك الصغيرة أنها تسببت فى كبرى معجزات الحياة .. أرسلت وميض الحب فى قلب رجل !.. فهى تمضى فى الحياة لا تفطن إلى أنها المسيطرة ، المهيمنة ، الملهمة ، لأعمال صاحبها .. وربما طال بينهما الفراق ، وخلقت الأوضاع الاجتماعية بينهما حواجز وعقبات ، ولكن بذرة الحب تظل فى نمو — دون أن يفطن إليها أحدهما — حتى تصير شجرة وارفة الظلال .. وبتعبير آخر ، تظل شرارة الحب كامنة ، متحفزة لأن تتقد وتستعر لو قدر للشابين أن يلتقيا فيما بعد — لا [illegible] إذا ظلت الفتاة بدون زواج — وإذ ذاك [illegible] مفاجأة : إذ تكون قد أيقنت أن الفتى نسيها [illegible] بأنها كانت

قرينة « النفس السامية » الساكنة فى اعماقه ، وانهـا كانت مبعث الوحى فى كل اعماله .. ومن المحتمل ان يكون الرجل قد تزوج ، وان يكون قد اطمأن إلى ما يسمونه « حياة زوجية هانئة » ، ولكن هذا لا يحول دون ان يكون لصاحبته الاولى وجود حقيقى فى حياته طيلة هـذه الاثناء ، وهى لا تدرى .. ولا هو يدرى !

امرأتان فى حياة ((دافيد كوبرفيلد))

وكم من نسوة يستشعرن فى حياتهن فراغـا موحشـا ، وجفافا ممضا ، يحاولن التغلب عليه بالانصراف إلى الجهود النبيلة .. ولكن الواحدة منهن تظل قلقة ، حائرة ، تحس إذا ما خلت إلى نفسها بان حياتها هباء ، لانها لم تجد رجلا يحبها ، ولا طفلا تنتشى بجرس صوته إذ يناديها : « اماه » !

هذه حال اخرى مغلقة ، تحتاج إلى مفتاح .. وقد نجد فى الادب الرفيع ما يساعد على جلاء الغموض المبهم فى حياة مثل هذا الصنف من النساء .. ولنكتف هنا بمثلين :

كان « تولستوى » يؤمن بان « دافيد كوبرفيلد » خير رواية اخرجت للناس ، لانها تمثل قصة حياة « ديكنز » نفسه ، وقد جهد فى سترهـا وراء شخصيات خيالية .. وقل من استطاع من القراء ان يدرك الهدف الحقيقى لهـذه القصة الخالدة !.. بل قل من الكتاب من اوتى البراعـة ليرسم صورتين تبين فيهما الفوارق التى اظهرها « ديكنز » فى تحليله لشخصيتى « دورا » و « آجنس » فى قصته تلك ، فهو قد بلغ اوج السمو الفكرى إذ رسـمهمـا ليثبت ان حياة الرجل قد

تخضع لتاثير نفوذ مزدوج : النفوذ الظاهرى الخادع ، وهو النفوذ الغالب ، ثم النفوذ المستتر الكامن الذى يمثل الحقيقة الصامتة ، وهو النفوذ المغلوب !

لقد احب « دافيد كوبرفيلد » زوجته « دورا » .. ولكن طيف « آجنس » كان معه دواما ، يخف لمواساته فى الضائقات .. وكم كان نبيلا فى كتمان سره ، وفى البقاء على وفائه لزوجته — برغم الضنى — لانها كانت لا تالو جهـدا فى إسعاده !.. وقد اثبتت « دورا » من ناحيتها انها من اعظم النسـاء ، فمع انها كانت تعرف سر زوجها ، إلا انها ظلت تحبه ، ولا تضن بجهد لمواساته وتعويضـه عما فاته .. حتى إذا احست بالمنية تدنو دعت « آجنس » إلى مخدعها فهمست لها بآخر كلمات حبها ، واسلمت زوجها إلى رعايتها .. ليتزوج دافيد بعدهـا من الفتاة التى عمر قلبه بحبها من البداية ..

ولكن هب ان «دافيد» — او بالاحرى « ديكنز » — لم يتزوج من « آجنس » افكان اثرها فى حيـاته يقل ويضعف ؟.. لا ، لقد كان مقدورا ان يراود طيفها فكره وخياله حتى نهاية الاجل ! .. وهذا ما نعنيه بـ « الحب السـامى » او الطاهر ، الحب الذى لا يعنى باتحاد الجسدين عنايته باندماج الروحين .. وهذه هى الرابطة الروحية ، لا تخضع لنظـام بشرى ، لان الطبيعة توجهها .. وويل لمن يعارض حكمها متأثرا بفوارق اجتماعية او مادية !

بل ان هذه الحقيقة كفيلة بأن تنقـذ المجتمع من مضـايق الطلاق ، لو تدبرها الجميع وعملوا بمـا [illegible] كتبـه

دكينز على لسان كوبرفيلد ، ولعله أسمى ما كتب رجل عن امرأة : « والآن إذ اختتم قصتى ، تخبو هذه الوجوه من ذاكرتى ليبقى وجه واحد ، متالق ، يفيض على نورا سماويا ارى تحته كل الأشياء الأخرى .. إن ذلك الكائن الحبيب ـ الذى ما كنت لولاه شيئا يذكر ـ يؤنس وحشتى .. اواه يا آجنس ! اواه يا روحى ! .. ليت وجهك يبقى إلى جوارى حين اغمض عينى على آخر مناظر الحياة .. ليتنى أجدك قريبة منى لتهدينى طريقى إلى السماء » حين تتلاشى الحقائق من امامى كالاطياف التى اذبها الآن عنى .. » .

هذا هو الحب الذى لم يعن الوعاظ باطلاع النـاس على حقيقته وطبيعته ..

حب دانتى لبياتريس

اما مثالنا الثانى فنجده فى « الكوميديا الالهية » التى وضعها « دانتى » . فهى الأخرى تتضمن كثيرا من المعانى المستترة .. فـان وجـه « بياتريس » لايبـرح « دانتى » قط ، بل هو يصحبه فى الجحيم فيضىء له السلم المطهر » ويرقى به إلى الفردوس .. وان أولى لمحات العاطفة لتومض حين تدعـو بياتريس الروح المعذبة كى تدنو منها .. وما أروعها من فكرة تلك التى أوحت إلى دانتى ان يركز عاطفته ويحصر خياله فى « بياتريس » ـ مع اننا لا نجد فى سياق القصيدة ما ينم عن انه باح للمراة بعاطفته الخبيئة ـ فاذا بالفكرة تلهمه ان يقسم الكون إلى ثلاثة عوالم « يضيئها جميعا وجه بياتريس ، كأنما عز عليه ان يضىء وجه الحبيبة عالمـا واحدا ..

إن حياة « دانتى » سفر مفتوح : فلقد اختلف مع السلطات الحاكمة فى فلورنسا فأقصى عن وطنه ليعانى تعاسات لا قبل بوصفها ، ولكن فؤاده كان ينطوى على كنز لا تستطيع قـوة دنيوية ان تجرده منه .. كان ينطـوى على حبه لفتاة تدعى « بياتريس » ، برغم أنه كان متزوجا .. اجـل ، كانت بطلة « الكوميديا الإلهية » من لحم ودم ، التقى بها الشاعر فى صدر شبابه ، ووصف لقاءه بها وفراقه لها فى قصـة « الحيـاة الجديدة » .. ثم سار كل منهما فى طريقه فى الحياة .. وماتت المحبوبة غير عالمة بانها ستبقى إلى الأبد صاحبة الأثر الأكبر على عقل رجل من اعظم نوابغ التاريخ البشرى !

انتراها بعد ذلك عاشت عبثا ؟!

لسوف نرى فى الفصـل الثانى انها التى أوحت إلى دانتى بنظريته عن الكون كما صورها فى الكوميديا الإلهية .. فقـد تراءى لدانتى ان الكون مقسم إلى ثلاث طبقات ، تتناثر خلفها الكواكب ، ويحيط بها الفراغ اللانهائى الذى أوقفه « دانتى » على « بياتريس » وحدها ! .. فقـد أحالهما الحب إلى كائن واحد ، وبلغ من إيمان الشاعر بذلك ان تحدى القوى الإلهية ان تفصل بياتريس عنه .. فظل وجهها يتبعه حتى اللحظـة التى سقط فيها على عتبة احد الاديرة ليجود بالنفس الأخير !

وليس من شـك فى ان فراق دانتى عن بياتريس قد أفعم قلبه سخطا على الاقدار .. ومع أنه تزوج بعد ذلك ، إلا أن أمواج السخط ظلت تصطخب فى ... بياتريس

صحبته حين أقصى عن الوطن . ما حظى العالم بـ « الكوميديا الإلهية » .. ولكن القوى المهيمنة على الكون — وهى أعظم سلطانا من حكام فلورنسا — اصطفت دانتى لعمل مجيد ، فدبرت الإلهام الذى ملأ روحه فأوحى إليه بملحمته الخالدة ..

وإذا كان يجدر بالإنسان أن يؤمن بأن هناك يدا مرشدة ، هادية فوق كل ضلالات الحياة ، فإن دانتى آمن بهذه القوة المرشدة فتمثلت له فى وجه « بياتريس » الذى خاله ملازما له حتى وهو يجتاز أبواب الجحيم !

وفى الحياة آلاف من أمثال دانتى يسعون على الأرض فى ارتقاب لقاء « بياتريس » الأحلام .. وكم فى البيوت من « بياتريس » تنتظر من يكشف سر حياتها .. وإذا كانت « بياتريس » الأصلية لم تعرف مدى تأثيرها على « دانتى » ، فالواقع أنه ليس فى الوجود امرأة تدرى مدى سلطانها على سواها ، إذ أن أقوى نفوذ نستطيع أن نفرضه على غيرنا هو ذاك الذى ينبعث منا دون إدراك أو شعور !

٢ — الحب الملهم !

من الظواهر المشوبة بالغموض ، أن نجد فى الحياة رجالا ونساء يؤثرون العيش دون زواج .. وقد يتلمس الواحد منهم الوسائل — طيبها وخبيثها — ليملأ ما يشعر به فى حياته من فراغ . ولكن محاولاته تذهب عبثا وتخلفه وحيدا فى زمهرير الحياة .. وقلما يفطن الذين يصفون هؤلاء العزاب بألقاب مثل : « العذراء العجوز » أو « العانس » أو « الأعزب » ،

إلى ما فى التاريخ وتجارب الحياة اليومية من دروس وعبر .. فإن وراء حياة كل أعزب سادر فى الوحدة ، سرا يلعب فى حياته دورا مهما ، وهو موجود سواء عثرت عليه أو أخفقت ، لأن من قواعد الطبيعة الأساسية أن كل مخلوق سليم يبحث عن إلفه وقرينه ..

وإذا كان الأمر كذلك ، فكيف يحدث إذن ألا تتاح لخير الرجال والنساء أن يتزوجوا ؟.. لماذا تضيع على كل منهم فرص لقاء صنوه ؟.. لماذا يغلق باب الحب دونهم ، كما يبدو لنا !

الواقع أن البحث والمراقبة أثبتا أن كثيرا من هؤلاء الذين يبدو أنهم يعيشون فى وحدة ، ليسوا ضحايا القدر . فلم يغلق باب الحب دونهم ، وإنما اختارتهم الطبيعة بالذات كى يعيشوا هكذا لأغراض سامية ، ونهايات عظيمة ..

ومرة أخرى ، تساعدنا دراسة قصة دانتى وبياتريس على تفهم هذه الحقيقة .. وأول ما نلاحظه أن معظم الذين كتبوا عن أهم الأحداث فى حياة دانتى ، قبل نشر الكوميديا الإلهية ، لم يوردوا ذكرا لبياتريس ، برغم أنها أهم هذه الأحداث إطلاقا . وهذا فى حد ذاته ينم عن معنى عظيم ، هو أن الدنيا لم تعرف سر دانتى إلى أن نشرت « الكوميديا الإلهية ! » .

ولقد ذكر « كارليل » أن دانتى لم يحظ من بياتريس باهتمام غير عادى ، ومع ذلك فهى تتألق فى شعره وفى الكون الذى رسمه فى خياله .. ولقد تزوج من سواها ولكن [illegible] يونق .. وحين ماتت بياتريس غرق دانتى [illegible] فى لجج

الأسى . بيد أن وجه بياتريس ظل يغذى فى كل يوم إلهامه ، ونبوغه ، وخياله .. فتبعه إلى أعماق الجحيم ، ورافقته فوق مدارج الجنة .. أفتكون بياتريس إذن قد عاشت عبثا ؟.. أو هل تعد حياتها فارغة فاشلة لأنها ماتت غير عالمة أنها وهبت العالم شاعرا لا يضارع فى إبداعه !!

فلم لا يكون كل أعزب راحل ، أو عانس راحلة ، على غرار بياتريس .. أحدث فى الحياة حدثا وهو لا يدرى ؟

إن ذلك الهوى المتقد الذى تملك دانتى قد سما بحياته عن أن تكون مجرد لغــو أو ضلال زائف .. وبرغم أن صلتــه ببياتريس كانت بسيطة ، قصيرة الأمد ، فإن اتصال عقــله الباطن بها كان قويا ، خالدا ، فإذا به يلتقى بروحها ، وإذا بصورتها تنطبع على فؤاده ، وإذا طيفها يضىء له ظلمــات أحداث حياته ، ويرافقه فى مدارج الحياة ، وفى انتقاله منها إلى خضم الأبدية الساكن .. ولولا ذلك لألفى دانتى الكون فارغا .. ومع ذلك — وهو الأمر المهم — فإن بياتريس لم تك دارية بشىء من هذا .. أفليس فى هذه الحقيقة عبرة ؟

الحب أحال الفارس شاعرا !

وقد كانت أول مرة رأى فيها « دانتى » بياتريس وهو بعد صبى ، فلما بلغ الثامنة عشرة كتب لها قصيدة عن حلمه الجميل وذيلها واصفا نفسه بأنه « أكثر الخلق إخلاصا للحب » .. فتأمل !.. لقد مست الفتاة أوتار حياته الباطنة — وما كان بوسعه هو نفسه أن يعلل ذلك — فأحالته هذه التجربة إلى

شاعر حالم شارد الخيــال ، فى حين أن دانتى لم يكن رجل أحلام ، فقد نشأ مقبلا على الدراسة ، وعلى تقوية جسمــه وعضلاته ، والتحق بفرسان « فلورنسا » ، وحارب بجرأة وشهامة فى معركة « كامبالدينو » وهــو فى حوالى الرابعة والعشرين من عمره .. ونكاد نشعر من هذا بأن حبه لبياتريس ألهمه أيضا أن يعمل على إظهــار رجولته .. ولكنه مع ذلك لم يعرض الزواج على بياتريس .. إلى أن كان يونيو سنة ١٢٩٠ — وهو فى الخامسة والعشرين — فإذا الفتاة تقضى نحبها ، مخلفة وراءها عقلا من أكثر العقول تألقا ونبوغا . يبعث حولها هالات من المجد ، ويعيش على ذكراها .. ومع أنه تزوج بعد ذلك ، إلا أن زواجه كان فاشــلا ، فقد ظلت روح بياتريس تسيطر على حياته ، وكأنها تعيش إلى جواره على قيد الحياة !

هذا هو الحب القدسى العميق .. فهل يقاس هذا بالزيجات المدبرة ، المرسومة ؟.. لقد استطاع دانتى بما أوتى من براعة مزج النظم بالنثر ، أن يرينا كيف جعل من حبه لامرأة ، طريقا يرقى به من الأرض إلى السماء .. وكيف أرسل روحه الهائمة تتبعها فى رحلتها إلى الفردوس ، وقد يعجز العاديون من الناس عن أن يشعروا بمثل هذه العاطفة الطاغيــة ، هذا الحب القدسى الســامى ، وما ذلك إلا لأنهم يخطئون قــراءة قلب الإنسان ، ويعمون عن تعرف أثر هذه العاطفة الروحية فيمن تحل فيه .. فى الصبى الفلاح — مثلا — إذ يدفع محراثه فى الحقل وهو يصفر مرحا ، ويكتب أفضل ما يكون

لانه عثر على فتاة احلامه .. ولو انها ماتت لنام فى الطرقات منكس الرأس محزونا .. ويقول « كارليل » إن اهالى « فيرونا » كانوا يقولون كلما رأوا دانتى فى الطرقات : « انظروا !.. ها هو ذا الرجل الذى يعيش فى الجحيم ! » .. وكان يعيش فى الجحيم حقا .. كان يعيش فى أسى عميق ، وشجن ، وصراع ، ككل رجل فجع فى حبه ، ولولا ذلك لما حظى العالم بكوميديته الإلهية — (واجدر الكتب بالقراءة هى تلك التى تأتى ثمرة للألم والعذاب !) — إذ احس بعد موتها بانه فقد الدنيا باسرها ، ولكنه كسب نفسه وروحه .. ثم بر بما وعد به من أن يقول فيها « ما لم يقله رجل فى امرأة » !

ولقد عدا الدهر على قبر بياتريس فازاله ، واصبح جسدها ترابا لعل الرياح قد ذرته ، دون ان تدرى بالاثر السحرى الذى خلفته حياتها الهادئة التى كانت بمعزل عن الاضواء .. وليس من شك فى انها — خلال هذه الحياة — قد تبادلت الحديث مرة او اثنتين مع دانتى ، ولعلهما لعبا معا وضحكا سويا ، ولكنها قط لم تفطن إلى ما كان يعتمل فى قلبه .. وما خطر لها أن تلك اللمحات القصار قد تمخضت عن عاشق اوحى له حبه لها بأثر خالد ما دامت الدنيا !

ومن اقدارنا ان الدنيا ليست مليئة برجال ونساء — يفوقون الحصر — على شاكلة دانتى الذى اقام لحبيبته فى كتابيه « الحياة الجديدة » و « الكوميديا الالهية » نصبين تذكاريين باقيين على الدهر .. ولكن ، من منهما صاحب الفضل الاول فى هذين الكتابين ؟.. الواقع انها مشكلة عويصة ، ولكن الذى

لا شك فيه ان احدا ما كان ليحظى بهذين الاثرين الادبيين الرائعين لو لم تعش بياتريس !.. ومع انها ماتت دون ان تدرك ما كان لها من اثر ، إلا ان موتها لم يقض على القوة الخفية التى اوحت لعاشقها بتلك الاهازيج التى بعثها بها من جديد ، فاذا هى حية برغم الموت .. باقية برغم الفناء !

مصباح يضيء فى الظلام !

ولكن .. ما اشنع الخطأ الذى يقع فيه اى قارئ إذا اعتبر ما كتبه دانتى من شعر عن بياتريس مجرد احلام شاعر يهيم وراء الخيال ، او يسعى وراء مثل اعلى !.. لقد خاض معركة هوجاء ، وقاسى كل انواع الصراع والوان الشقوة ، ولكن الاقدار شاءت ان يذكر فى غمرات الضيق والعناء وجهها ، فكان مصباحا يهدى خطواته وسط اهوال الجحيم .. ومع ذلك ، فلا تنس ان صلته الروحية بالفتاة ظلت سرا دفينا فى قلبه الجائع .. واى جوع !.. جوع طاغ استطاع هو ان يقهره بما كتب !

الواقع انه لن يقدر لغير من عانى ما عاناه دانتى ان يقدر كلماته ويتفهم روح معناها .. ولكن كل امرأة يحيرها أمر مصيرها تستطيع ان تجد فيها إلهاما وراحة .. فلقد كان سر دانتى حبيسا عن بياتريس ، ومع ذلك ، فهل شهد العالم روحين ارتبطتا ارتباط روحه بروحها ؟.. وهل يجوز لنا ان نعتقد بأن الكون خلق ليضيع [illegible] اللهم ، لا ..

ورد فى بعض الأناشيد الكنسية إن « لله تصرفات غامضة ! » .. وكم من أناس ترنموا بهذه الكلمات دون أن يسبروا غورها ، وإن رأى فيها غيرهم تفسيرات لغوامض حياتهم .. فما هذه الكلمات سوى لمحة فطرية أرسلتها الروح إلى أغوار الأحداث التى لا يستطيع العقل الآدمى أن يعللها بأى مقياس من مقاييس التعليل والمنطق .. ولقد تزعزعت العقائد الدينية فى أعماق الأديبة الإنجليزية «جورج اليوت» — التى سنتحدث عنها فى الفصل التالى — كما تترنح السفينة عبثت بها الأنواء ، ولكنها وجدت راحة بالها قرابة نهاية عمرها ، فى حب رجل عانت من أجله أفظع آيات الاضطهاد !

٢ — عندما تحب المرأة !

ولعل من أبرز مفارقات الحب ، أن هذه العاطفة التى تعد أعذب وأجمل ما فى الوجود ، تستطيع أن تخلق المآسى فى الحياة البشرية .. ولعل كثيرين منا نحن رجال الدين قد أطالوا التفكير فى ذلك الحب الأكبر الذى قاد صاحبه إلى الصليب .. حب المسيح لله .. وما حب الله سوى صورة من صور الحب تسامت إلى الذروة العليا ..

ذلك هو الحب الصادق .. عاطفة قدسية تجعل صاحبها على استعداد دائما لأن يتحمل العذاب ، بل ولأن يموت فى سبيل غايته .. هذه حقيقة تبدو خلف كل الحالات ، والعادات ، والقوانين الإنسانية ، والصور .. ولا يمكن أن تأتى اصطناعا ، بل هى شرارة تندلع من صدر الطبيعة

فتحرق كل ما يعترضها وتطغى على كل قيد أو سياج .. بل هى ليست عاطفة ، وأن صورتها الطبيعية فى هذه الصورة ، وإنما هى قوة قائمة بذاتها تعيش ، وتتطور ، وتنمو مستقلة عن كل علاقة بدنية .. فالرجل قد يرى ألف امرأة ، ويعجب بهن ، وقد يشتهيهن ، ولكنه لا يحب غير واحدة .. يحبها دون أن يدرى لهذا الحب سرا !

وقد ترى المرأة من الرجال من تخال أنها تميل إليه ، ثم لا تلبث أن تتبين أن هذا الميل ليس حبا ، وإنما هو مجرد نزوة طاغية ، لا تلبث أن تخمد .. فى حين أن الحب جذوة تستعر فى القلب ، فلا يقوى شىء على ضغطها أو إخمادها .. وإنما تظل تتألق فى أشد الليالى حلكة ، وتتحمل كل شىء ، وتصمد إلى أطول مدى .. إنها ليست غريزة يحظى بها كل مخلوق ، وإنما هى لغز فى أعماق النفس لا يتأثر بشىء ، بل يتملك صاحبه فيسلبه زمامه تماما !

وقد تختار المرأة لنفسها رجلا يكون آخر من يستحسنه العالم لها ، فتنطلق الاعتراضات من كل صوب ، وتقفل أبواب المجتمع فى وجهها ، ولكنها تبقى هادئة ، هانئة .. فهى تحب هذا الرجل الذى لا يجد سواها فيه ما يجذب الإعجاب ، وإن عجزت عن أن تبرر حبها !

مثل هذا الحب ليس له — ولا يمكن أن يكون له — أن يتقيد بمبررات رسمية ، فهو يسخر من القوانين التى وضعها الإنسان الجاهل ، إذ له هو قوانينه الخاصة ! .. ولا ريب أن القوانين التى تقيد الزواج تشريعات لا قلب لها ، ولكنا الآن

لا نتحدث عن الزواج ، وإنما عن تلك القوة الروحية المسيطرة التى نصفها هنا بـ « الحب » .. ومما يؤسف له ان توفر هذا الحب لا يشـترط فى الزواج ، فى حين تشترط — لا سيما فى الزيجات المدبرة — امور مثل المـكانة الاجتماعية والمصالح المـالية ، ورابطة البدن .. الخ . ومثل هذا الزواج سخرية من الله يندفع إليها الإنسان بحافز من الغـرور .. وان المرأة التى يحملها حبها على ان تتحدى مثل هذا الزواج لهى بطلة .. والرجل الذى يقول : « انا احب هذه المرأة ولو نقم المجتمع على هذا الحب » ، هو الآخر بطل .. لان هـذا الحب هو العاطفة الوحيدة التى تتسـق مع قوانين الفطـرة ، وتلائم اصول الخليقة ..

وما اوسع الفارق بين هذه العاطفة وما اصطلح الناس على تسميته بـ « الحب » !.. فلقـد يتوق الرجل إلى ما يسميه « الزواج » ، فما ان يلتقى بفتاة مليحة ، انيقة ، توليه « نظرة استلطاف » ، حتى يميل إليها .. ويعتقد الغريران انهما قد تحابا ؛ فيتلهفان على الزواج .. ويتبادل اقارب الفتاة همسات الرضى بما يصفونه بـ « وقعتها » .. وقد لا يكون ثمة ما يحول دون ان يسعد الشابان ، وان يصـمد حبهمـا أمام عاديات الزمن ، ويثبت انه حب صادق .. ولربما هبت زوابع الغضب والشقاق ، ودب الخصام ، او مالت الغواية باحد الزوجين .. وهنا وجه العجب فى الحب الحقيقى ؛ إذ انه يحول كل هذه العوامل إلى موارد للتفكهة لا للانفصال !

اما إذا لم يكن الحب الحقيقى متغلغلا فى اعماق القلب — كما

خرجت من دراساتى ومشاهداتى لكثير من الزيجات — فان هذه العوامل تعصف بالعاطفة الزائفة التى كانت ترتدى ثوب الحب ، وتكون النهاية .. فى ساحة محكمة الطلاق !

ينبغى ان يفهم العالم حقيقة الحب !

إن المشكلة التى نحاول معالجتها ذات خطورة لكل امرىء وكل بيت ، وكل بلد .. بل للعالم على سعته ، فكلنا فى حاجة ماسة إلى ان نفهم حقيقة الحب ..

وقصة « جورج اليوت » — أو بالاحرى « ماريان ايفانز » — مثال يستحق الدرس فى هذا الصدد ، فلقد استطاعت هذه الاديبة الإنجليزية ان تنفرد بمـكانة خاصـة بين شهيرات الاديبات فى التاريخ ، لانها تحدت تقاليد الزواج الصارمة التى كان المجتمع الإنجليزى يخضع لها فى عهـد الملكة فيكتوريا ، لمجرد انها « احبت » .. فقد كان الحب فى نظر تلك التقاليد إثمـا عظيما !

ولو انها كرهت الرجل الذى كان موضع حبها ، لكرمهـا المجتمع واعتبر سلوكها ورعا وتقوى !.. اما وهى قد نظرت إلى الزواج كقيد خارجى ، يحيط بالبدن والمـكانة الظاهرية فحسب ، لا كرابطة يتبسط سلطانها على روح الإنسان وقلبه وعواطفه .. واما وقـد آمنت بأن الزواج الحقيقى هو ذاك الذى يربط بين روحين ، برغبـة متبادلة ، ورضى مشترك ، وليس ما عدا ذلك سوى نشاز زائف مناف للأصول الاخلاقية والادبية .. اما وقد كانت هذه [illegible] — سيما

رجال الدين — تنكرت لها ، واوصدت الابـــواب فى وجهها ، ودفعت هذه العبقرية إلى برودة الهجران والنبذ ، وعدتهـــا مذنبة ، ساقطة ، محملة بالآثام ! — حتى لقد شاع فى إنجلترا إذ ذاك اصطلاح لا يزال يردد إلى اليوم ، فى استنكار مسلك اى خاطىء او خاطئة ، فيقال انه تصرف « على شاكلة جورج اليوت » à la George Eliot !

هكذا اخفق المجتمع الفكتورى — بكل ما كان يصطنعه من مبادىء براقة عن الطهـــر والتقوى — فى ان يكشف لمحة من سر حياة هذه الاديبة المتمردة ، وفى ان يصل إلى أعماق افكارها .. ولو اننا حكمنا على سلوكهـــا على هـــدى القوانين التى وضعت لضمان قسط من الأخلاق والآداب بين البشر ، لحق علينا ان نصمها بالعار .. فقد اخطأت واثمت .. لكننـــا إذا استعرضنا الأمر على ضـــوء وجهة نظرها لرأينـــا فكرهـــا وسلوكها انصع من الجليد بياضا .. وخاصـــة إذا تبينـــا علاقاتها برجلها ، بتلك الزيجات المدبرة التى ثبت انها ليست سوى الوان من الحرام اضفى عليها بريق الحلال !

جمال النفس قبل جمال الجسم !

واول ما يسترعى الاهتمام — إذ نستعرض قصة جـــورج اليوت — ان الحب الحقيقى الصادق لا يتطلع إلى اى جمال سطحى او اناقة متكلفة .. ولو اننا تطلعنا إلى وجه « ماريان ايفانز » — وهو الاسم الأصلى للاديبة — لاخذتنا منه مسحة من الرجولة « وشىء من زيغ البصر « الحول » ، وانف ضخم ،

وذقن عريضة .. أجل ! لم يكن وجهها جميلا ، ولكن عينيهـــا كانتا واسعتين ، متالقتين برغم تقارب إنسانيهما ، تنعكس فى اغوارهما عوالم من الرؤى والأحلام .. وكانت صفحة الوجه غير الجميل تطفح بنفحات من خلق راق ، وقوة روحية طاغية .. هذه هى المرأة التى قالت إنها لن تستشعر راحة لو انهـــا تركت ظلا من الخطيئة يحجب الله من نفسهـــا !

فمن كان الرجل الذى هامت به ؟ .. كان جـــورج هنـــرى لويس : اقبح رجال لندن شكلا .. وكان زريا ، قميئا ، حتى لقد كان الأطفال يجزعون من وجهه المكسو بالشعر الكثيف ..

ومع ذلك فان جورج اليوت — التى وضعت قصة «آدم بيد» وسواها من القصص الفذة المشوقة — غرقت فى هواه بكل جسدها ، ونفسها ، وروحها ! .. ومن الانصاف ان نقول إنها لم تمل إليه فى البداية ، لولا سجية واحدة فيه .. فقد فطر على التفانى فى الولاء والتسامح ، إذ تزوج من امرأة حســـناء ، ولكنها كانت مخادعة — حتى أن اثنين من الأطفال الذين انجبتهم لم يكونا من صلبه ! ومع ذلك فقد غفر لها .. فكان جزاؤه ان فرت مع عشيق لها .. وبرغم ذلك فانه لم يحقد عليها ! بل رعى اولادها ، حتى الاثنين اللذين مثلا خطيئتها وخيانتها !

عين المحب !

وكانت جورج اليوت — ذات الفكر الواســـع والخيـــال الجامح — ترقبه بتسامحه ، ومرحه ، وذكائه ، وروحه الضاحكة .. واستطاعت أن تغوص فى اعماقه إلى أبعد مدى ، فماذا بها

تكتشف صفات مستترة ، ايقظت فى نفسها حبا ظل متقد الأوار إلى نهاية العمر .. ولقد استجاب الرجل لحبها ، فعاشا فى سعادة مثالية ، ولكن المجتمع والأقارب ثاروا عليها ، وتنكروا لها .. فلم تزدد إلا تشبثا به ، إذ أيقنت أنه قرين الروح الذى كتب لها فى لوح القدر ، وان تنكر الناس لا يستند إلى قوانين الكون ، وإنما هو وليد تطفل البشر وفضولهم ، فعولت على الا تخضع لعرفهم وتقاليدهم .. وكان ان اوصدوا الابواب فى وجهها اينما ذهبت . فآثرت أن تمضى على هدى الضوء المنبعث من اعماقها ، غير حافلة بشىء !.. فقد بدا جورج هنرى لويس لبصيرتها الباطنة مثالا للجمال — وللحب عينان تريان ما لا تراه العيون ! — وآمنت فى قرارة نفسها بانه النصف الآخر لهذه النفس .. وقد كتبت فى ذلك تقول :

« اى شىء أعظم لنفسين آدميين من أن تشعرا بانهما قد اتحدتا مدى الحياة ، تؤازر كل منهما الاخرى فى كل كفاح ، وترتاح إليها فى كل ضيق ، وتتعزى بها فى كل اسى .. وتندمجان معا فى شخص واحد فى ركب الذكريات الصامتة التى يستعرضها كل منهما فى لحظة الفراق الأخير ! »

هذه كانت وجهة نظرها ؛ وقد اثبتت حياتها مع لويس انها كانت وفية لهذه العقيدة .. وتقول الآنسة فريمانتل — التى كانت آخر من تعرض لسيرة جورج اليوت من الكتاب — « قط لم يكن فى الزواج قوة الرابطة التى كانت بين هذين الاثنين .. وأبدا لم يعش مخلوقان آدميان على وفاء فى الحلال ، كما عاش هذان فى الحرام ! »

ولن تنكر صفة « الحرام » مهما كانت الوقائع ، إذ كان لويس عاجزا عن السعى للطلاق من زوجته ، لاعتبارات مادية وغير مادية ، ولكن الحقيقة الواضحة هى أن « الحب » ذلل كل الحواجز بين العاشقين .. وما اروعها من عبارة مؤثرة تلك التى قالتها جورج اليوت بعد موت لويس : « لقد آمنت بان الدنيا ولت معه » .. ومع انها تزوجت ثانية وهى فى الحادية والستين، إلا انها لم تلبث ان ماتت بعد سبعة شهور .. وكانت طيلة الزمن الذى تقضى بعد وفاته تشعر بانها تعيش على الرغم منها ، حياة لم يعد لها فيها مغنم ولا سلوى .. وقد اضناها الهم والتفكير حتى ماتت .. وما ابلغها إذ قالت : « اننا جميعا نعيش فى وحدة موحشة ، فى اعمق اغوار كياننا » .

والوفاء للحب فى حياة جورج اليوت يزداد روعة وجلالا إذا ما نظرنا إليه على ضوء تجاربها الدينية .. فقد ظلت تتقلب بين مذاهب الكنيسة حائرة ، لا تكاد تدرى اى مذهب ذلك الذى تؤمن به ، اللهم إلا مذهب الواجب ، والثقة بعقيدتها ، واليقين من عاقبتها .. كانت كسفينة تتقاذفها الموج من كل جانب ، ولا ملاذ لها سوى حبها لجورج هنرى لويس !

٤ — الحب المرفوض !

ما اشبه الحب بقوس قزح فى الوانه !.. ومن ثم فان له وجها مظلما ، كما ان اللون الأسود يحتل مكانا بين الوان القوس .. وهذا الوجه المظلم يتمثل فى « الحب المرفوض » .. فليس اقسى فى حياة اى رجل او [illegible] الذى غير حياة كثيرين من البشر [illegible]

وقد لا يرفض الحب عن كراهية ، بل هو فى أغلب الأحوال يرفض تحت تأثير ماكر خفى قلما ان يذكر أو يعلن .. إذ بينما يبدو للمحب ان فى الصد قسوة ، نجد ان المحبوب مضطر إلى ان يخضع لظروف يراها ويلمسها ، وإن لم تبد للمحب .

وكثيرا ما يخلق الحب المرفوض مشكلات لا حل لها ، لا سيما إذا قدر على المحب الا يهوى إنسانا آخر غير ذلك الذى صده .. ومعظم الرجال يكونون فى حالة الرفض أكثر حساسية وتأثرا منهم فى أية حالة أخرى .. حتى لقد ينجلى الأمر عن مأساة .. وكم من مآس وقعت تحت أبصارنا لهذا السبب : فلقد عرفنا رجالا أفحمهم مثل هذا الصدود، فلم يعودوا يبتسمون أو يتلطفون فى حضرة أية امرأة أخرى ، لأن الرفض أوصد قلوبهم وأحكم رتاجها .. وقد عرفت رجلا لزم — فى حال كهذه — صمت أبى الهول ، وأعرض عن الناس ، وأخذت صحته تنهار ، حتى مات .. وكانت آخر كلمة انفرجت عنها شفتاه هى .. اسم المرأة التى صدته !

ولسنا هنا بصدد رواية المآسى ، بل إن هدفنا الرئيسى هو أن نثبت ان « الحب الصادق » حقيقة موجودة ، وانه يختلف عن ذلك الود النزق ، الصاخب ، الثرثار .. فهو — كما وصفته مسز توماس كارليل ، زوجة الكاتب والاديب والمؤرخ الخالد الذكر — « لهب أثيرى ، يتصاعد من موقد لا نار فيه ، ويتسامى حتى يتلاشى فى الأبدية » !.. ترى هل عرف « كارليل » هذه العاطفة التى وصفتها زوجته ؟

أنساه العمل زوجته !

إن الذى يتأمل كيف أفرغ كارليل مواهبه فى تصوير « بلومن » — فى « سارتور ريسارتس » — يدرك انه عرفها .. فقد صور « بلومن » فى صورة مخلوق غامض ، جميل ، ذى قداسة وجلال .. وما كانت السحابة القاتمة التى تجمعت فى سماء بيت كارليل إلا نتيجة كتمانه الحب فى قلبه ، وجهله بوسيلة شرحه لحبيبته — وزوجته — « جين » .. كان حبه يغمره » ولكنه جهل كيف يشرك معه زوجته فى الغذاء ، فتركها جائعة !.. حتى إذا ماتت ، تبين بعد موتها ، وبعد فوات الفرصة ، أن حبه يدعوه ويهيب به أن يعلنه ويبوح به ، فركع عند قبرها ودموع الأسى تغسل وجهه !.. ويقال إنه كان يزور قبر زوجته فيبكى كالطفل ، ثم يتطلع إلى السماء ، وكأنه يهتف بطيف شريكة حياته :

« إذا كنت تطلين على ياجين فارحمى أساى واصفحى عنى وعودى إلى » ودعينى أغمر وجهك بالقبلات .. اننى حزين ، مفجوع .. لقد احببتك ياجين » !

أجل .. لقد غفل مؤلف « الأبطال » و « كرومويل » و « فردريك الأكبر » و « سارتور ريسارتس » فى غمرة العمل أن يبوح بحبه لجين حين كانت الفرص تسنح له ، فأبقى قلبه مغلقا دون وعى منه ، حتى أغلق قلبها .. ولهذا اعتبر كتاب « فرويد » من « حياة كارليل » نتاج دراسة سطحية وتفكير عقيم .. فما كانت « بلومن » [illegible] الرواية التى

ابتدعها كارليل ــ سوى « جين » .. وكانت ثمة بحر طاغ من الوجد لـ « بلومن » تحت القلق العصبى ونواحى النقص التى عرفت عن كارليل ، ولكنه كان مستغرقا فى افكاره ، فلم يخطر له ان يكشف لها عن ذلك الوجد ..

الا ما ابشعه من خطأ خليق بان يجلب على مرتكبه العذاب عاجلا او آجلا !.. إذا كنت تحب امرأة فاظهرها على حبك ، وانتهز الفرص لتقيم لها البراهين عليه .. فان هــذه الدنيا بضجيجها صائرة إلى الفناء ، ولن تلبث المنية أن تواتيك يوما، فلا تجد ما يتبعك إلى عالم الخلد سوى ذلك الحب .. فاذا حبسته أو اهملته أو استهنت به ، فان ذكرى ذلك تتبعـك وتثير فى قلبـك الندم والأسى ، كما ظل كارليل يبكى ويعانى مرارة ذكرى تقصيره حتى مات !

إن مكتباتنا زاخرة بالقصص التى تـدور حـول المسـائل الجنسية والشهوة بدلا من الحب ، والانتحار عوضـا عن سـلامة العقـل .. فما احوجنا إلى الحديث عن الحب استنادا إلى الحقيقة والتجربة والخبرة ، لا إلى الخيال واستثارة الغرائز .. فنحن نعتقد أن الرجال والنساء إذا اتجهوا فى علاقاتهـم بعضهم ببعض اتجاها خاطئا ، انزلقوا فى الخطأ على طول الخط .. ومن ثم فنحـن نهدف إلى أن نبين ما إذا كان الحب يقوى على غلق الأبواب الروحية السحرية أو فتحها ..

خوف الرفض

وهناك حالات عديدة لم يقدر للرجل فيها ان يبوح بحبـه قط ، لا لشىء سوى ان خجله ، أو فقره ، بعث فى نفسه شعورا

غريبا بانه قد يصد او يلام بما يجرح كرامته .. والواقع ــ على ضوء المشاهدات ــ ان اطهر الرجال واشرفهم خجـولون فى مسائل الحب ، لمجرد خوفهم من الصدود والرفض ..

وقد عرفت رجلا تـدله فى حب فتاة حتى صـار كتلة من الشوق المكبوت . إذ آثر الصمت لقلة تجربته ولتوجسـه ، فعاش كئيبا ، مهموما ، يفكر فى حزن ، وشك ، وتخوف : ترى ما الذى يقوله اهلها ؟.. أو لا يسـخرون منه ؟.. وكيف يهيىء لها بيتا كذلك الذى تعيش فيه ، وهو معدم ؟.. ثم ، وفوق هذا وذاك ، ما رايها هى ؟

وإزاء هذا الخوف والتردد ، انصرف عنها وسار فى طريقـه وقد طوى قلبه على الاسى .. ولكن طيفها لم يفارقه .. ولو انه تقدم يطلب يدها فرفضته لقتلته الصدمة ، أو خلفت فى حياته مرارة وتعاسـة .. ولكن اعجوبة الحب فى هذه الحال هى انه تفجر خلال الأبواب المغلقة ..

والمشكلة التى تتجلى لنا فى هذه القصة غير ميسورة الحل .. لقد نمت الفتاة واستكملت انوثتها وهى غير عالمة بما لها من وجود خفى فى حياة رجل كصاحبنا .. وهذا هو اللغـز الغامض المغلق .. لقد انطلقت المرأة فى طريقها ، وسـار الرجل فى طريقه .. هى لا تكاد تشعر بوجوده ــ لا بنفوذها عليـه فحسب ــ وهو يتمثلها كل شىء فى [illegible]

أو ليس هذا من اغرب الغاز الحياة ومعمياتها ؟

كونى رقيقة فى الصد !

ومن أشنع أخطاء الحياة العصرية تنقل الشـــاب ــ أو الشابة ــ بين الأحياء ، فجدير بالفراشات الغاوية أن تدرك أن الزهور لا تدر دائما شهدا جنيا ، بل أنها أحيانا قد تنطوى على سم ناقع !

تقدم رجل لخطبة فتاة كانت تمقت الأرض التى يسير عليها فرفضته .. ومن ثم خطب صديقة لها ، جمعت بين الجمال واللطف والحس المرهف .. وعلى العكس من صديقتها ، أحبت هذا التراب الذى تطؤه قدما الشاب ، ومع ذلك فانه لم يلبث أن هجرها ليتزوج سواها .. وكان الحب القدسى الذى أثاره هذا الغادر قد تملك نفسها ، وصار « وجدا » كما يسميه الناس ، فأخذت تقضى الليالى مسهدة ، تعيد تلاوة كل سطر كتبه لها صاحبها .. ثم بدأ الهزال يدب فى كيانها ، وازدادت شحوبا ، وأخذت صحتها فى الانهيار حتى ماتت ، دون أن يصل الطبيب إلى علتها ، فقد كان فى أعماقها باب موصد لم يستطع اجتيازه .. ولو أن الطب تسلل خلال المزاليج ، لألفى فى أعماق قلبها صورة رجل : فتاها الغادر !

إن من حق المرأة الا تستجيب لحب أى رجل ، ولكن الوسيلة التى تبدى بها صدها ذات أثر خطير .. فخليق بها أن تترفق ، وأن تكون كريمة فلا تبدى الرفض بطريقة تخلف جرحا لا يندمل . وجدير بها أن تدرك أن الرجل إذ يعرض عليها حبه، إنما يعرض أعظم شىء فى الكون ، فليست نعمة الحب بالشىء

الذى يتيسر رهن الإشارة فى كل آن .. وإلا ، فما الحب إذا لم يكن شرارة تنبعث من شعلة الطبيعة ذاتها ؟.. فليدرك كل متقلب « متنقل فى الهوى » إذن ، أى جرم يرتكب إذ يذكى هذه الشرارة حتى تستحيل لهبا ، ثم ينطلق معرضا .. ويتركها تلتهم القلب المهجور !

هكذا الحب ، إذا قوبل بالصد والرفض استحال إلى داء متعذر الشفاء .. وليس هذا من بدع المدنية ، وإنما هو وليد الغرائز العقلية والخلقية للجنس البشرى .. فان الحب بداية معرفة عميقة .. إنه يمس فى القلب ينابيع جفت أو أوشكت أن تجف ، فإذا الحياة تدب فيها .. فإذا هو قوبل بالصد ، غاضت هذه الينابيع ، وخلفت وحدة موحشة .. ولن يقدر لأحد أن يدرك لوعة الهوى إلا حين يحرم منه .. إذ أن البعاد يشحذ العواطف ، ويضخم التوافه ، ويذكى حرقة الجوى !

الحب المرفوض خير من عدم الحب !

أما وقد أظهرنا قسوة نتائج الصد ، فانه يجمل بنا الا نغفل حكمة انطوى عليها بيت من الشعر فحواه « لا يسومنك الرفض الأول ، فان من نبذتك اليوم ، لن تلبث أن تقربك إليها فى الغد ! » .

ذلك لأن خير النساء تتفجر حساسيتهن إذا ما أوقظت عواطفهن .. وما استحقت العيش أبدا امرأة لم تؤت من الحساسية ما يجعلها قديرة على الحب ، ولم تؤت من اللطف واللباقة ما يرشدها إلى خير وسيلة مترفقة لرفض هذا الحب إن لم يمل قلبها إلى صاحبه ..

ومن الخير للرجــل ان يتلقى الرفض ، عن أن يعيش فى وهم خادع .. و « لئن تحب وتفقد حبــك ، خير من الا تعرف الحب إطــلاقا » .. فان الحب الحقيقى وإن قوبل بالصــد والإعراض ، يخلق فى حياة صاحبه وجودا محســوســا ، والوانا متباينة .. فيكون كقوس قزح الذى يتخلل الحياة الداكنة !

لقــاء .. بعد خمسين عاما !

لقد قدر لكاتب هذه السطور — كما قدر لكثير من رجــال الدين — أن يدرس حالات كثيرة من الحب المرفوض ، كانت اروعها تلك التى قصتها علينا بطلتها .. إذ صدت شابا منذ خمسين سنة ، فاختفى من حياتها بعد أن اقسم ان يعيش على ذكراها والا يفتح قلبــه لســواها .. وما كانت لتظنه فاعلا ، بل ظنتها فورة الساعة ..

ومرت السنون دون أن يتزوج أحدهما ، ودون ان يلتقيا ، وإن لم يدع الشاب وسيلة لرؤيتها ، فى صمت وســكون .. وقد صارحت راعى كنيستها اخيرا قائلة : « اننى اعرف ان منيتى قد حانت ، ويسعدنى انى اتممت مهمتى فى الحياة .. إذ ذهبت بالأمس ازور رجلا مددته فى مقتبل العمر .. ولقد عرفنى لأول وهلة ، وعرفته ، وجلسنا يحــدق كل منــا فى صاحبه .. لم نتحدث كثيرا ، ولكن الكلمات القلائل التى قلتيا جعلت كلامنا .. »

ولم تقو على المضى فى الحديث .. واغرورقت عيناها ..

ونعتقد أن القصة فى غير حاجة إلى تكملة او تعليق .. ويكفى أن نتصــور منظر نفسين تقفان على حافة الأبدية ، تحدق كل منهما فى الأخرى خلال الدموع ..

الا اتئدوا وتريثوا قبل أن تصدوا هــذا .. « الحب » !.. وليحرص كل فرد على أن يكون حذرا فى علاج « الحب » حين يوائيه ، فان المآسى التى تزدحم بها الصحف خير شاهد على صدق هذه النصيحة .. فكم من مآس يسهل تفاديهــا بشىء من الرفق واللين .. وفى وسع كل امرىء أن يرفض حبا لا يميل إليه ، بوسيلة رقيقة لا تخلف جرحا ولا الما !

(اقرا القسم الثانى من الكتاب فى الفصل التالى) .







عزيزى القارئ :

فى الكتابين رقمى ٢٦ و ٢٧ من هذا الاصدار الجديد لسلاسل (كتابى) قدمت لك العديد من موضوعات علم النفس العملى . المبسط . البعيد عن تعقيدات الجوانب العلمية فى هذا المجال . فقرات فيهما : تعلم كيف تسترخى . غزو السعادة للعالم الكبير (برتراند رسل) . المنافسة والضجر والارهاق . كيف تقاوم الحسد والغيرة والشعور بالاضطهاد . سعادة الجسد وسعادة الروح . عش حياة ايجابية . مركب النقص والعقد النفسية . الانتصار على الخوف . دنيا الحب والسعادة للكاتب الألمانى الاشهر (اميل لودفيج) .. الخ

وفى هذا الكتاب الثالث من سلسلة علم النفس العملى المبسط أقدم لك الموضوعات التالية : كيف تؤدب طفلك - كيف تنجح مع النساء - ارادتك فى متناول يدك - أبواب الحب المغلقة .. يليها فى الكتب القادمة من نفس السلسلة الموضوعات التالية : كيف تقاوم القلق وتستمتع بالحياة . كيف تقهر الخجل . كيف تفسر احلامك . كل جيدا تعش سليما . من خفايا النفوس : الجائعة . الخائفة . المنبوذ . سندريلا الخاطئة . هستيريا الحب المكبوت عند النساء . شواطئ الحب الضارية . نحو رجولة وشباب دائمين . كيف تعيش ٣٦٥ يوما فى السنة . مشكلات المراهقة . كيف تصارح اولادك وبناتك بالحقائق الجنسية .. الخ .. الخ .

حلمى مراد